THE BOOK WAS DRENCHED

॥ श्री ॥

सार्थ उपनिषत्संग्रह.

भाग सहावा.

संपादक

हरि रघुनाथ भागवत, बी. ए.

आवृत्ति पहिली.

शके १८४४ सन १९२२.

अष्टेकर कंपनी, पुणें.

किंमत एक रुपया.

Printed by Mr. A. S. GOKHALE at his "VIJAYA PRESS"
570 Shaniwar Peth, Poona City,

AND

Published by Mr. H. R. BHAGAVAT, at 620 Sadashiva Peth
Poona City, for THE ASHTEKAR COMPANY.

प्रस्तावना.

सार्थ उपनिषत्संग्रहाचा हा सहावा भाग. पहिल्या पांच भागांत सर्व प्रमुख उपनिषदें येऊन गेली. राहिलेल्या उपनिषदांपैकीं जी महत्वाचीं आढळलीं त्यांचे संन्यासोपनिषदें आणि योगोपनिषदें असे दोन वर्ग करून संन्यासोपनिषदांचा हा सहावा भाग केला आहे. याप्रमाणें योगोपनिषदांचा सातवा भाग करून मराठी भाषांतर प्रकाशित करण्याचा विचार आहे. म्हणजे मग सार्थ उपनिषत्संग्रहाचे काम पुरे होईल.

या सहाव्या भागांत एकंदर आठ उपनिषदांचा समावेश केला आहे. उपनिषदें म्हटलीं म्हणजे संन्यासपरच असावयाचीं. पण त्यांतल्या त्यांत संन्यासाश्रमावर विशेष जोर देणारीं आणि मागील भागांत येऊन न गेलेलीं अशी हीं उपनिषदें आहेत. हीं सर्व उपनिषदें अथर्ववेदाचीं आहेत. अर्थात् हीं प्रमुख उपनिषदांइतकीं प्राचीन नव्हेत. तथापि प्राचीन उपनिषदांतील विचारांचा ओघ यांमध्ये पुढें तसाच चालविलेला आहे हें पुढील पृष्ठें वाचलीं असतां वाचकांच्या लक्षांत येईल. हे विचार वाचावे, पुनः पुनः वाचावे, यांचें मनन करावें, म्हणजे सर्वसारोपनिषदांत सांगितल्याप्रमाणें

"आत्मा ईश्वरः, अनात्मनो देहादीनात्मत्वेनाभिमन्यते सोऽभिमानः आत्मनो बंधः, तन्निवृत्तिर्मोक्षः।"

अशी ओळख पटून अहंकार नष्ट होईल व उपनिषत्कारांच्या वचनाप्रमाणें मोक्षाची प्राप्ति होईल.

पुणें, रविवार,
कार्तिक व. ८ शके १८४४.

हरि रघुनाथ भागवत.

अनुक्रमाणिका.

उपनिषदाचे नांव.			पृष्ठें.
अमृतबिंदु उपनिषत्	...	....	१— ७
आरुणेयी उपनिषत्	...	....	८—१२
आत्मोपनिषत्	...	...	१३—१५
गर्भोपनिषत्	....	....	१६—२५
प्राणाग्निहोत्रोपनिषत्	.	..	२६—३४
सर्वसारोपनिषत्	...	....	३५—४३
परमहंसोपनिषत्	....	....	४४—५१
ब्रह्मोपनिषत्	.	....	५२—५९



सार्थ उपनिषत्संग्रह.

भाग सहावा.

अमृतबिंदु उपनिषत् ॥

ॐ भद्रं कर्णेभिः इति शान्तिः ॥

मनो हि द्विविधं प्रोक्तं शुद्धं चाशुद्धमेव च ॥
अशुद्धं कामसंकल्पं शुद्धं कामविवर्जितम् ॥१॥

मन दोन प्रकारचे सांगितलें आहे, शुद्ध आणि अशुद्ध. इच्छायुक्त तें अशुद्ध आणि इच्छारहित तें शुद्ध.

मन एव मनुष्याणां कारणं बंधमोक्षयोः ॥
बंधाय विषयासंगं मुक्त्यै निर्विषयं स्मृतम् ॥२॥

मनुष्यांच्या बंधाचे आणि मोक्षाचे कारण मनच आहे. विषयांचे ठिकाणीं आसक्ति असलेले मन बंधाला कारण होते. विषयरहित मन मोक्षाला कारण होते.

यतो निर्विषयस्यास्य मनसो मुक्तिरिष्यते ॥
अतो निर्विषयं नित्यं मनः कार्यं मुमुक्षुणा ॥३॥

ज्या अर्थी हे मन विषयरहित झालें असता मुक्ति होते, त्या अर्थी मोक्ष इच्छिणारानें आपलें मन नित्य विषयरहित करावें.

निरस्तविषयासंगं संनिरुद्धं मनो हृदि ॥
यदाऽऽयात्यात्मनो भावं तदा तत्परमं पदम् ॥४॥

विषयांच्या इच्छेनें रहित असें मन हृदयामध्यें निरुद्ध होऊन जेव्हां आत्मभाव पावेल तेव्हां ते परम पद प्राप्त झालें असें समजावें.

'आत्मनो भावं'=आत्मभाव=स्वस्वरूपाची प्राप्ति, म्हणजे जीव व ब्रह्म यांचें एकत्व.

तावदेव निरोद्धव्यं यावध्दृदि गतं क्षयम् ॥
एतज्ज्ञानं च ध्यानं च शेषो न्यायश्च विस्तरः ॥५॥

हृदयाचे ठिकाणीं क्षय पावेपर्यंत मनाचा निरोध करावा. हेंच ज्ञान आणि हेच ध्यान. याहून इतर तो केवळ वादविवाद आणि पाल्हाळ समजावा.

नैव चिंत्यं न चाचिंत्यं न चिंत्यं चिंत्यमेव तत् ॥
पक्षपातविनिर्मुक्तं ब्रह्म संपद्यते तदा ॥६॥

हें परम पद म्हणजे इंद्रियांना सुखद अशा प्रकारचें समजूं नये, किंवा तद्विरुद्ध असेंहि समजूं नये. या स्थितीप्रत आल्यावर मन पक्षपातरहित म्ह० सर्वत्र एकरूप होत्साते ब्रह्मरूप होतें.

स्वरेण संधयेद्योगमस्वरं भावयेत्परम् ॥
अस्वरेणानुभावेन भावो वाऽभाव इष्यते ॥७॥

(प्रथम) अकारादि मात्रांनीं ॐकाराचें ध्यान करावें, नंतर मात्रांनीं रहित असें ॐकाराचें ध्यान करावें. म्ह० मात्रारहित ॐकारध्यानाच्या अनुभवानें अविद्येचा अभाव व ब्रह्माचा भाव ज्ञात

होतात (अथवा भाव म्हणजे सत्य ब्रह्म कोणतें, आणि अभाव म्हणजे अविद्या अथवा माया कोणती याचें यथार्थ ज्ञान होतें).

तदेव निष्कलं ब्रह्म निर्विकल्पं निरंजनम् ॥
तद्ब्रह्माहमिति ज्ञात्वा ब्रह्म संपद्यते ध्रुवम् ॥८॥

तें म्हणजे अविद्येच्या मिथ्यात्वाचें ज्ञान आल्यावर प्राप्त अथवा ज्ञात होणारें तेंच ब्रह्म होय. तें निष्कल म्हणजे अवयवशून्य, निर्विकल्प म्हणजे भेदशून्य आणि निरंजन म्हणजे मालिन्यरहित आहे. 'तें ब्रह्मच मी' असे ज्ञान झाल्याबरोबर ज्ञाता शाश्वत ब्रह्मरूप पावतो.

निर्विकल्पमनंतं च हेतुदृष्टांतवर्जितम् ॥
अप्रमेयमनादिं च यज्ज्ञात्वा मुच्यते बुधः ॥९॥

भेदरहित, अंतरहित, तर्क व दृष्टान्त यांच्या पलीकडचें, अप्रमेय आणि अनादि असें ब्रह्म आहे. याचें ज्ञान होतांच ज्ञाता मुक्त होतो.

न निरोधो न चोत्पत्तिर्न बद्धो न च साधकः ॥
न मुमुक्षुर्न वै मुक्त इत्येषा परमार्थता ॥१०॥

वास्तविक देहादिकांचा नाश नाहीं, उत्पत्ति नाहीं; कोणी बद्ध नाहीं, साधक नाहीं, मुमुक्षु नाहीं, मुक्त नाहीं. हें ज्ञान हेंच परमार्थतत्त्व.

एक एवाऽऽत्मा मंतव्यो जाग्रत्स्वप्नसुषुप्तिषु ॥
स्थानत्रयव्यतीतस्य पुनर्जन्म न विद्यते ॥११॥

जागृति, स्वप्न आणि सुषुप्ति या तीनहि अवस्थांमध्यें एकच आत्मा आहे असें जाणावें. या तीन अवस्थांच्या पलीकडे जो गेला त्याला पुनः जन्म (आणि मरण) नाहीं.

एक एव हि भूतात्मा भूते भूते व्यवस्थितः ॥
एकधा बहुधा चैव दृश्यते जलचंद्रवत् ॥१२॥

सर्व भूतांचा एकच आत्मा निरनिराळ्या भूतांचे ठिकाणीं राहिलेला आहे. जलाचे ठिकाणीं जसा चंद्र तसा एकच असलेला हा अनेक प्रकारें दिसतो.

घटसंवृतमाकाशं नीयमाने घटे यथा ॥
घटो नीयेत नाकाशं तथा जीवो नभोपमः ॥१३॥

आकाश घटामध्यें असते. घट एका ठिकाणाहून दुसऱ्या ठिकाणीं नेला असतां तो घट नेला जातो, आकाश नेलें जात नाहीं. त्याप्रमाणें जीव आकाशासारखा आहे.

घटवद्विविधाकारं भिद्यमानं पुनः पुनः ॥
तद्भग्नं न च जानाति स जानाति च नित्यशः ॥१४॥

घटाप्रमाणें निरनिराळे आकार वरचेवर फुटले जात असतां ते फुटले असें त्यांतलें आकाश जाणीत नाहीं. परंतु जीव मात्र (आकाशाप्रमाणें कायम असला तरी) नित्यशः (शरीरांचे निरनिराळे आकार) जाणतो.

शब्दमायावृतो नैव तमसाऽऽयाति पुष्करे ॥
भिन्ने तमसि चैकत्वमेक एवानुपश्यति ॥१५॥

ज्याप्रमाणें मनुष्य अंधकारामुळें नियमित स्थलीं येत नाहीं, त्याप्रमाणें शब्दादि विषयरूपी मायेनें आच्छादिलेला जीव त्या मायारूपी तमामुळें ब्रह्माचे ठिकाणीं येत नाहीं. तमाचा नाश झाल्याबरोबर (सर्वत्र) तो एकच उरल्याने ब्रह्माशीं एकत्व पहातो.

'शब्दमायावृत':=''केवळशब्दरूपी, वस्तुतः नव्हे, अशी माया त्या मायेनें गुरफटलेला'' असाहि अर्थ होईल. 'पुष्कर' याचा एक अर्थ स्थान अथवा स्थलविशेष; दुसरा अर्थ=पुष्कल=ब्रह्म.

शब्दाक्षरं परं ब्रह्म तस्मिन्क्षीणे यदक्षरम् ॥
तद्विद्वानक्षरं ध्यायेद्यदिच्छेच्छांतिमात्मनः ॥१६॥

ॐ अक्षर हे पर ब्रह्म होय. त्यांतलें शब्दत्व गेलें म्हणजे अ-क्षर [अविनाशी] ब्रह्मच रहातें. जर स्वतःला शांति मिळावी अशी इच्छा असेल तर शहाण्या माणसानें त्या अ-क्षर ब्रह्माचें ध्यान करावें.

द्वे विद्ये वेदितव्ये तु शब्दब्रह्म परं च यत् ॥
शब्दब्रह्मणि निष्णातः परं ब्रह्माधिगच्छति ॥१७॥

(ॐकाररूपी) शब्दब्रह्म आणि शब्दातीत परब्रह्म अशा दोन प्रकारच्या विद्या जाणल्या पाहिजेत. शब्दब्रह्माचें पूर्ण ज्ञान झालें म्हणजे परब्रह्म प्राप्त होते.

ग्रंथमभ्यस्य मेधावी ज्ञानविज्ञानतत्परः ॥
पलालमिव धान्यार्थी त्यजेद्ग्रंथमशेषतः ॥१८॥

ब्रह्माचें ज्ञान आणि ब्रह्माचा साक्षात्कार यांचे ठिकाणीं तत्पर अशा बुद्धिमान् पुरुषानें ग्रंथाचें म्हणजे शब्दब्रह्माचें ज्ञान करून

घेतल्यानंतर, त्याचा सर्वस्वी त्याग करावा—धान्यार्थी मनुष्य (धान्य घेतल्यावर) भुसा टाकून देतो तद्वत्.

गवामनेकवर्णानां क्षीरस्याप्येकवर्णता ॥
क्षीरवत्पश्यते ज्ञानं लिंगिनस्तु गवां यथा ॥१९॥

गायी अनेक रंगांच्या असल्या तरी त्यांच्या दुधाचा रंग एकच असतो. त्याप्रमाणें शहाणा मनुष्य—जशा गायी तशा अनेक शाखा असलेल्या वेदाचें—ज्ञान हें दुधाप्रमाणे (एकाच प्रकारचें सर्वत्र आहे असें) पहातो.

घृतमिव पयसि निगूढं भूते भूते वसति विज्ञानम् ॥
सततं मंथयितव्यं मनसा मंथानभूतेन ॥२०॥

दुधामध्यें जसें लोणी त्याप्रमाणें भूतमात्राचे ठिकाणीं आत्मज्ञान गूढरूपानें राहिलेलें आहे. मनोरूपी रवीनें त्याचें सतत मंथन केलें पाहिजे.

ज्ञाननेत्रं समादाय उस्त्वेद्वह्निवत्परम् ॥
निष्कलं निश्चलं शांतं तद्ब्रह्माहमिति स्मृतम् ॥२१॥

ज्ञानरूपी अग्नि हाच नेत्र घेऊन तें परम [आत्मतत्त्व] बाहेर काढावें. 'निष्कल, निश्चल व शान्त असें ब्रह्म मीच' हें तें आत्म-तत्त्व म्हणून प्रसिद्ध आहे.

सर्वभूताधिवासं यद्भूतेषु च वसत्यपि ॥
सर्वानुग्राहकत्वेन तदस्म्यहं वासुदेवस्तदस्म्यहं वासु-देव इति ॥२२॥

ज्याच्या ठिकाणीं सर्व भूतें रहातात, आणि जें सर्वांवर अनुग्रह करणारें असल्यामुळें सर्व भूतांचे ठिकाणीं रहातें, असें वासुदेवरूपी ब्रह्म मी आहें.

इति अथर्ववेदीया अमृतबिंदूपनिषत्समाप्ता ॥

आरुणेयी उपनिषत् ॥

ॐ भद्रं कर्णेभिरिति शान्तिः ॥

ॐ आरुणिः प्रजापतेर्लोकं जगाम, तं गत्वोवाच केन भगवन्कर्माण्यशेषतो विसृजानीति । तं होवाच प्रजापतिः। तव पुत्रान्भ्रातृन्बंध्वादीञ्छिखां यज्ञोपवीतं च यागं च सूत्रं च स्वाध्यायं च भूर्लोक-भुवर्लोक-स्वर्लोक-महर्लोक-जनलोक-तपोलोक-सत्यलोकं च । अतल-पाताल-वितल-सुतल—रसातल-तलातल-महातल-ब्रह्मांडं च विसर्जयेद्दंडमाच्छादनं च परिग्रहेच्छेषं विसृजेच्छेषं विसृजेदिति ॥१॥

आरुणि ब्रह्मदेवाच्या लोकीं गेला आणि त्याजकडे जाऊन म्हणाला —हे भगवन्, कर्मांचा सर्वस्वी त्याग मी कसा करूं ? त्याला ब्रह्मदेव म्हणाला—तुझे पुत्र, भ्राते, नातलग वगैरे, शिखा, यज्ञोपवीत, याग, यागसंबंधीं ग्रंथ (सूत्रं), स्वाध्याय (वेद), आणि भूर्लोक, भुवर्लोक, स्वर्लोक, महर्लोक, जनलोक, तपोलोक, व सत्यलोक, हे लोक; तसेंच अतल, पाताल, वितल, सुतल, रसातल, तलातल, महातल आणि ब्रह्मांड हीं सर्व सोडून द्यावीं. दंड आणि वस्त्र एवढीं घ्यावीं व इतर सर्वांचा त्याग करावा.

गृहस्थो ब्रह्मचारी वानप्रस्थो वा लौकिकाग्नीनुदराग्नौ समारोपयेद्गायत्रीं च स्ववाचाग्नौ समारोपये-

दुपवीतं भुमावप्सु वा विसृजेत्कुटीचरो ब्रह्मचारी कुटुंबं विसृजेत्पात्रं विसृजेत्पवित्रं विसृजेद्दंडांश्च लौकिकाग्नींश्च विसृजेदिति होवाच। अत ऊर्ध्वममंत्रवदाचरेदूर्ध्वगमनं विसृजेत्त्रिसंध्यादौ स्नानमाचरेत्संधिं समाधावात्मन्याचरेत्सर्वेषु वेदेष्वारण्यकमावर्तयेदुपनिषदमावर्तयेदुपनिषदमावर्तयेत् ॥२॥

गृहस्थ अथवा ब्रह्मचारी अथवा वानप्रस्थ जो जसा असेल तसा त्यानें लौकिकाग्नीचा उदराग्नीचे ठिकाणीं समारोप करावा. गायत्रीचा स्वतःच्या वाचारूपी अग्नीचे ठिकाणीं समारोप करावा. जानवें भूमीवर किंवा उदकांत टाकावें. कुटीचर संन्यासी असेल त्याने कुटुंब सोडावें, भिक्षापात्र टाकून द्यावें, वस्त्र टाकावे. दंड आणि लौकिकाग्नि टाकावे. यानंतर मत्ररहित वागावें, (स्वर्गादि) लोकांच्या प्राप्तीची इच्छा सोडावी. तिन्ही संध्यासमयी स्नान करावे. समाधीमध्यें आत्म्याचे ठिकाणीं संधी म्हणजे संयोग करावा. सर्व वेदांपैकीं फक्त आरण्यके आणि उपनिषदें एवढींच म्हणावी.

खल्वहं ब्रह्म सूत्रं, सूचनात्सूत्रं, ब्रह्म सूत्रमहमेव विद्वान् त्रिवृत्सूत्रं त्यजेद्विद्वान्य एवं वेद, संन्यस्तं मया संन्यस्तं मया संन्यस्तं मयेति त्रिःकृत्वा। 'अभयं सर्वभूतेभ्यो' 'मत्तः सर्वं प्रवर्तते' 'सखा मा गोपायौजः सखा योऽसींद्रस्य वज्रोऽसि' इत्यनेन मंत्रेण कृत्वोर्ध्वं

वैणवं दंडं कौपीनं परिग्रहेत् औषधवदशनमाचरे-दौषधवदशनमाचरेत्, ब्रह्मचर्यमहिंसां चापरिग्रहं च सत्यं च यत्नेन हे रक्षतो ३ हे रक्षतो ३ हे रक्षत ३ इति ॥३॥

(जगाचें) सूत्र जें ब्रह्म तें मी आहें. ज्यांत ओवलेलें असतें तें सूत्र. ब्रह्म हें (जगाचें) सूत्र आहे. तें मी जाणतों. जो हें ब्रह्म या प्रकारें जाणतो त्यानें त्रिवृत् सूत्राचा म्हणजे तीन सुतांच्या यज्ञोपवीताचा त्याग करावा. 'संन्यस्तं मया' (=मीं टाकलें आहे) या मंत्राचा तीन वेळां उच्चार करावा. 'सर्व भूतांना (मजपासून) अभय आहे' 'माझ्यापासून सर्व (जग) निर्माण होतें' असा तीनदां उच्चार करावा. 'तूं माझा सखा आहेस, माझें रक्षण कर, तूं सामर्थ्य आहेस, इंद्राचें वज्र तूं आहेस' या मंत्रानें (हातांत) बांबूचा दंड उंच धरून कौपीनाचा (म्हणजे लंगोटीचा) स्वीकार करावा. खाणे औषधाप्रमाणें (अल्प) ठेवावें. ब्रह्मचर्य, अहिंसा, अपरिग्रह आणि सत्य हीं तुम्हीं यत्नपूर्वक संभाळा.

कुटीचर, बहूदक, हंस आणि परमहंस असे संन्यासाचे एकाहून एक श्रेष्ठ असे चार प्रकार आहेत. कुटीचर संन्यासी स्वतःच्याच घरीं राहून मुलाजवळ भिक्षा मागून खातो.

अथातः परमहंसपरिव्राजकानाम्। आसनशयनाभ्यां भूमौ ब्रह्मचारिणां मृत्पात्रं वाऽलाबुपात्रं वा, दारुपात्रं कामक्रोधलोभमोहदंभदर्पासूयाममत्वाहंकारानृतादी-

नपि त्यजेद्वर्षासु ध्रुवशीलोऽष्टौमासानेकाकी यतिश्चरेत् द्वावेव वा चरेत् द्वावेव वा चरेत् ॥४॥

आतां परमहंस संन्यासी यांचें आचरण सांगतात—त्यांनीं जमीनीवरच बसलें पाहिजे व शयन केलें पाहिजे. ब्रह्मचारी तर सर्व संन्यासी असलेच पाहिजेत. माती अथवा भोपळा अथवा लांकूड यांचेच पात्र असावें. काम, क्रोध, लोभ, मोह, दंभ, गर्व, मत्सर, ममत्व, अहंकार आणि असत्य भाषण यांचा त्याग करावा. पावसाळ्याचे चार महिने एका ठिकाणीं रहावें, बाकीचे आठ महिने एकटें हिंडावें, किंवा दोघांनीं मिळून हिंडावें.

खलु वेदार्थं यो विद्वान्सोपनयनादूर्ध्वं स तानि प्राग्वा त्यजेत्पितरं पुत्रमग्न्युपवीतं कर्म कलत्रं चान्यदपि। इह यतयो भिक्षार्थं ग्रामं प्रविशन्ति। पाणिपात्रमुदरपात्रं वा। ॐ हि ॐ हि ॐ हीत्येतदुपनिषदं विन्यसेद्विद्वान्य एवं वेद। पालाशं बैल्वमौदुंबरं दंडमाजिनमेखलां यज्ञोपवीतं च त्यक्त्वा शूरो य एवं वेद। ताद्विष्णोः परमं पदं सदा पश्यन्ति सूरयः। दिवीव चक्षुराततम्। तद्विप्रासो विपन्यवो जागृवांसः समिंधते। तद्विष्णोर्यत्परमं पदमित्येवं निर्वाणानुशासनं वेदानुशासनं वेदानुशासनमिति ॥५॥

वेदाचा अर्थ ज्याला कळला त्यानें उपनयनानंतर—किंवा तत्पूर्वीं देखील—त्यांचा त्याग करावा—पिता, पुत्र, अग्नि, यज्ञो-

पवीत, कर्म, भार्या, आणि इतर सर्वांचा. यतींनीं (केवळ) भिक्षे-करितां गांवांत प्रवेश करावा. आपले हात किंवा आपलें उदर हेंच भिक्षापात्र समजावे. ॐ ॐ ॐ या उपनिषन्मंत्राचा सर्व शरीर-भागीं न्यास करावा. जो याप्रमाणें जाणतो तोच ज्ञाता होय. पळस, बेल, अथवा औदुंबर यांचा दंड, तसेच अजिन म्ह० हरिणचर्मवस्त्र, मेखला आणि यज्ञोपवीत यांचा (ब्रह्मचारी यांनीं संन्याससमयीं) त्याग करावा. याप्रमाणें जो जाणतो तोच शूर होय. “आकाशा-मध्यें सर्वत्र पसरलेल्या चक्षूप्रमाणें विष्णूचें तें परम पद ज्ञाते सर्वदा पहातात. क्रोधरहित व जागरूक होत्साते ज्ञाते ते विष्णूचे परम-पद प्रज्वलित ठेवतात. मोक्षासाठीं वेदानें सांगितलेला उपदेश हा होय.

इति अथर्ववेदीया आरुण्युपनिषत्समाप्ता ॥

आत्मोपनिषत् ॥

ॐ अथैवांगिराः। त्रिविधः पुरुषस्तद्यथा बाह्या-
त्माऽन्तरात्मा परमात्मा चेति। त्वगस्थिनखमांसरोमां-
गुल्यंगुष्ठपृष्ठीवंशनखगुल्फोदरनाभिमेढ्रकटयूरुकपोल-
भ्रुवौ ललाटबाहू पार्श्वशिरोधमनिकाक्षीणि श्रोत्राणि
भवन्ति जायते म्रियत इत्येष बाह्यात्मा नाम ॥१॥

अंगिरा मुनि म्हणाले—पुरुष तीन प्रकारचा आहे, बाह्यात्मा, अंतरात्मा आणि परमात्मा. त्वचा, अस्थि, हातांचीं नखें, मांस, केस, बोटें, आंगठे, पाठीचा कणा, पायाची नखे, घोटे, पोट, नाभि, लिंग, कंबर, मांड्या, गाल, भुवया, कपाळ, बाहु, पार्श्व (बाजू), मस्तक, शिरा, डोळे, कान, इत्यादि, आणि जें जन्म घेतें व नाश पावतें तो बाह्यात्मा.

अथांतरात्मा नाम। पृथिव्यप्तेजोवाय्वाकाशेच्छाद्वे-
षसुखदुःखकाममोहविकल्पनादिभिः स्मृतिलिंगः उ-
दात्तानुदात्तह्रस्वदीर्घप्लुतस्खलितगर्जितस्फुटितमुदि-
तनृत्यगीतवादित्रप्रलयाविजृंभितादिभिः श्रोता घ्राता
रसयिता मंता बोद्धा कर्ता विज्ञानात्मा पुरुषः पुराणं
न्यायो मीमांसा धर्मशास्त्राणीति श्रवणघ्राणाकर्षणक-
र्मविशेषणं करोत्येषोंऽतरात्मा नाम ॥२॥

आतां अंतरात्मा— पृथिवी, आप, तेज, वायु, आकाश, इच्छा-द्वेष, सुख–दुःख, काम, मोह, संशय (अथवा मिथ्याज्ञान), उदात्त अनुदात्त, ऱ्हस्व–दीर्घ–प्लुत स्वर अडखळत, मोठ्यानें अथवा अर्धवट बोलणें, आनंद, नृत्य, गाणें, वाजविणें, मूर्च्छा, जांभई,—इत्यादिकांसंबंधानें ऐकणारा, वास घेणारा, स्वाद घेणारा, विचार करणारा, जाणणारा, कर्ता, निवड करणारा, आणि स्मरण ठेवणारा,—तसेंच पुराणें, न्याय, मीमांसा, धर्मशास्त्र इत्यादिकांचे अध्ययन करणारा— सारांश, ऐकणें, वास घेणे, ग्रहण करणे इत्यादि विशिष्ट कर्मे करणारा जो पुरुष तो अंतरात्मा.

अथ परमात्मा नाम। यथाक्षरमुपासनीयः। स च प्राणायामप्रत्याहारसमाधियोगानुमानाध्यात्मचिंतकं, वटकणिका श्यामाकतंडुलो वालाग्रशतसहस्रविकल्पनादिभिर्न लभ्यते नोपलभ्यते। न जायते न म्रियते न शुष्यते न दह्यति न कंपते न भिद्यते न च्छिद्यते निर्गुणः साक्षीभूतः। शुद्धो निरवयवात्मा केवलः सूक्ष्मो निष्कलो निरंजनो निरभिमानः शब्दस्पर्शरसरूपगंधवर्जितो निर्विकल्पो निराकांक्षः सर्वव्यापी सोऽचिंत्योऽवर्ण्यश्च पुनात्यशुद्धान्यपूतानि निष्क्रियः संस्कारो नास्ति संस्कारो नास्त्येष परमात्मा पुरुषो नाम ॥३॥

आतां परमात्मा—वेदांत सांगितल्याप्रमाणें त्याची उपासना करावी. प्राणायाम, प्रत्याहार, समाधि वगैरे योगमार्गाने व ज्ञानयोगानें अध्यात्मविचार करणाऱ्या मनुष्याला तो परमात्मा प्रकट होतो. वटवृक्षाचे बीं, श्यामाक तंडुलाचें बीं, किंवा केसाच्या अग्राचा लक्षांश भाग यांहून तो सूक्ष्म आहे. म्हणून कर्मेंद्रियांनीं त्याचें ग्रहण करणें शक्य नाहीं, वा ज्ञानेंद्रियांनीं त्याचे ज्ञान होणे शक्य नाहीं. तो जन्माला येत नाही, मरण पावत नाहीं, सुकविला जात नाहीं, दहन केला जात नाहीं, कंप पावत नाहीं, मोडत नाहीं, तुटत नाहीं. तो गुणरहित, सर्वांचा साक्षीभूत आहे. शुद्ध, अवयवरहित, एक, सूक्ष्म, विभागरहित, निष्कलंक, निरभिमान, शब्द-स्पर्श-रूप-रस गंधरहित, निर्विकल्प, निरिच्छ, सर्वव्यापी, अचिंत्य, अवर्णनीय, जन्मानें वा कर्मानें अशुद्ध असतील त्यांना पावन करणारा असून निष्क्रिय आहे. अनादि असल्यामुळे त्याला संस्कार नाहीं. हाच परमात्मा, हाच पुरुष.

टीप—या उपनिषदामध्यें आत्म्याचें वर्णन आहे प्रथमत शाम्बाचद्र [illegible] यानें स्थूल शरीर हाच आत्मा असें सांगून [illegible] सूक्ष्म शरीर हा आत्मा असें सांगितलें आणि इतकें झाल्यावर सूक्ष्माहून सूक्ष्म जो परमात्मा तोच आत्मा म्हणजे जीवात्मा असे सांगितले.

इति अथर्ववेदीया आत्मोपनिषत् ॥

गर्भोपनिषत् ॥

हे अथर्ववेदापैकी एक उपनिषत् होय. याला 'अमृतगर्भोपनिषत्' असेंहि नांव आहे.

ॐ भद्रं कर्णेभिः, सह नाववतु इति शान्तिः ॥
ॐ पंचात्मकं पंचसु वर्तमानं
षडाश्रयं षड्गुणयोगयुक्तम् ॥
तत्सप्तधातु त्रिमलं द्वियोनि
चतुर्विधाहारमयं शरीरम् ॥१॥

पंच महाभूतांचें बनलेलें, शब्दादि पांच विषयांचे ठिकाणीं स्थित, सहा रसांचें आश्रयस्थान, सहा गुणांच्या संयोगानें युक्त, सात धातु, तीन मल, दोन योनि असलेलें आणि चतुर्विध आहारमय असें हें शरीर आहे.

भवति पंचात्मकमिति कस्मात्? पृथिव्यापस्तेजो वायुराकाशमिति। अस्मिन्पंचात्मके शरीरे का पृथिवी का आपः किं तेजः को वायुः किमाकाशम्? तत्र यत्कठिनं सा पृथिवी, यद्द्रवं तदापो,यदुष्णं तत्तेजो, यत्संचरति स वायुः,यत्सुषिरं तदाकाशमित्युच्यते। तत्र पृथिवी नाम धारणे, आपः पिंडीकरणे, तेजो रूपदर्शने वायुर्व्यूहने, आकाशमवकाशप्रदाने। पृथुस्तु ॥

श्रोत्रे शब्दोपलब्धौ, त्वक्स्पर्शे, चक्षुषी रूपे, जिह्वा रसने, नासिकाऽऽघ्राणे । उपस्थश्चानंदनेऽपानमुत्सर्गे बुद्ध्या बुध्यति मनसा संकल्पयति वाचा वदति ।

षडाश्रयामिति कस्मात्? मधुराम्ललवणातिक्तकटुकषायरसान्विंदते ।

(षड्गुणयोगयुक्तं च कस्मात् ?) षड्जर्षभगांधारमध्यमपंचमधैवतनिषादाश्चेति । इष्टानिष्टा शब्दसंज्ञाप्रणिधानाद्दशविधा भवन्ति ॥२॥

पंचात्मक कसें ? [उत्तर-] पृथिवी, आप, तेज, वायु व आकाश यांचें. अशा या पंचभूतात्मक शरीरांत पृथिवी कोणती, आप कोणतें, तेज कोणतें, वायु कोणता आणि आकाश कोणतें ? [उत्तर-] यांतला जो कठिण भाग तो पृथिवी, जो द्रवभाग तें आप, जें उष्ण तें तेज, जो संचार करतो तो वायु आणि जी पोकळी तें आकाश. पृथिवी धारण करण्याचे कामीं, आप पिंडीकरणाचे कामीं, तेज रूपाच्या दर्शनाचे कामीं, वायु मिळविण्याचे कामीं आणि आकाश अवकाश म्हणजे जागा देण्याचे कामी, (याप्रमाणें या पांच भूतांचा उपयोग होतो). हें शरीर पृथु म्हणजे स्थूल असल्यामुळें याला जागेची अवश्यकता आहे.

शब्दाची उपलब्धि होण्याकरितां श्रोत्रें, स्पर्शासाठीं त्वचा, रस जाणण्याकरितां जिह्वा, वास घेण्याकरितां नासिका, तसेंच

आनंद देण्याकरितां उपस्थ आणि उत्सर्गाकरितां अपान आहेत. बुद्धीनें मनुष्य जाणतो, मनानें संकल्प करतो आणि वाचेनें बोलतो.

षडाश्रय कसें ? [उत्तर—] मधुर, आंबट, खारट, कडू, तिखट आणि तुरट असे सहा रस यापासून प्राप्त होतात.

(सहागुणांनीं युक्त कसें ?) षड्ज, ऋषभ, गांधार, मध्यम, पंचम, धैवत आणि निषाद हे सात स्वर सहा रागांचे असल्यानें षड्गुणयुक्त.

शब्दाचा व्यवहार आणि प्रत्ययाचा व्यवहार असे दोन्ही व्यवहार प्रवृत्तिरूपानें व निवृत्तिरूपानें करण्यास (शब्दादि) दहा कारण होतात.

शुक्लो रक्तः कृष्णो धूम्रः पीतः कपिलः पांडुरः सप्तधातुकमिति । कस्मात् ? यथा देवदत्तस्य द्रव्यविषया जायन्ते परस्परं सौम्यगुणत्वात्षाड्विधो रसः । रसाच्छोणितं शोणितान्मांसं मांसान्मेदो मेदसः स्नावा स्नाव्नोऽस्थीन्यस्थिभ्यो मज्जा मज्ज्ञः शुक्रं शुक्रशोणितसंयोगादावर्तते गर्भः । हृदिव्यवस्थानीति । हृदयेऽन्तराग्निः, अग्निस्थाने पित्तं, पित्तस्थाने वायुः, वायुस्थाने हृदयं प्राजापत्यात्क्रमात् ॥३॥

पांढरा, तांबडा, काळा, धुरकट, पिवळा, कापिल [काळसर] आणि पांडुर [फिकट] अशा सात धातूंचें शरीर आहे. कसें ? जसें [illegible] उदा० देवदत्ताला सात प्रकारचें द्रव्य मिळतें व

ते प्रकार परस्परांस अनुकूल असतात तसेच शरीरांत हे सात धातु परस्परांस अनुकूल आहेत. त्यांच्या या परस्पर अनुकूलतेनें शरीरांत (अन्नाचा) सहा प्रकारचा रस होतो. त्या रसापासून रक्त होते, रक्तापासून मांस, मांसापासून मेद, मेदापासून स्नायु, स्नायूपासून अस्थि, अस्थीपासून मज्जा आणि मज्जेपासून शुक्र याप्रमाणे उत्पन्न होतात. शुक्र आणि शोणित यांच्या संयोगानें गर्भ उत्पन्न होतो. ही धातूंची रूपें हृदयामध्यें स्थित आहेत. हृदयांत अंतराग्नि आहे. अग्नीच्या आधारानें पित्त, पित्ताच्या आधाराने वायु, आणि वायूच्या आधारानें हृदय अशीं (त्या गर्भात) उत्पन्न होतात. ही उत्पत्ति प्रजापतीच्या पद्धतीनें होते.

टीप—प्रजापतीनें सृष्टीची उत्पत्ति केली त्याचे बृहदारण्यकामध्यें वर्णन आहे. प्रजापति एक असून तोच दोन झाला व त्यापासून पुढें द्वंद्वरूपानें उत्पत्ति झाली. तसा प्रकार येथे समजावा एका दीपापासून दुसरा दीप होतो तसा नव्हे.

ऋतुकाले प्रयोगादेकरात्रोषितं कलिलं भवति, सप्तरात्रोषितं बुद्बुदं भवति, अर्धमासाभ्यंतरेण पिंडो भवति, मासाभ्यंतरेण कठिनो भवति, मासद्वयेन शिरः कुरुते, मासत्रयेण पादप्रदेशो भवति। अथ चतुर्थे मासेऽगुल्यजठरकटिप्रदेशो भवति, पंचमे मासे पृष्ठवंशो भवति, षष्ठे मासे नासाक्षिश्रोत्राणि भवन्ति, सप्तमे मासे जीवेन संयुक्तो भवति, अष्टमे मासे सर्वसंपूर्णो भवति।

पितू रेतोतिरिक्तात्पुरुषो भवति, मातू रेतोतिरिक्तात्स्त्रियो भवन्ति, उभयोर्बीजतुल्यत्वान्नपुंसको भवति । व्याकुलितमनसोंऽधाः खंजाः कुब्जा वामना भवन्ति । अन्योन्यवायुपरिपीडितशुक्रद्वैध्यात् द्विधा तनूः स्याद्युग्माः प्रजायन्ते ।

पंचात्मकः समर्थः पंचात्मिका चेतसा बुद्धिर्गंधरसादिज्ञाना, ध्यानात्क्षरमक्षरं मोक्षं चिंतयतीति । तदेकाक्षरं, ज्ञात्वाऽष्टौ प्रकृतयः षोडश विकाराः शरीरे तस्यैव देहिनाम् । अथ मात्राऽशितपीतनाडीसूत्रगतेन प्राण आप्यायते ।

अथ नवमे मासि सर्वलक्षणसंपूर्णो भवति पूर्वजातीः स्मरति कृताकृतं च कर्म, शुभाशुभं च कर्म विंदति ॥४॥

ऋतुकालीं स्त्रीपुरुषसंयोग झाला म्हणजे एका दिवसानें गर्भ किंचित् घट्ट होतो, सात दिवसांनीं बुडबुड्याप्रमाणें होतो, अर्ध्या महिन्यानें त्याचा पिंड बनतो, एक महिन्यानें तो कठिण होतो, दोन महिन्यांनीं त्याला मस्तक येतें, तीन महिन्यांनीं पाय येतात, चवथ्या महिन्यांत हात, पोट आणि कंबरेचा भाग हीं होतात, पांचव्या महिन्यांत पाठीचा कणा होतो, सहाव्या महिन्यांत नाक, डोळे व कान होतात, सातव्या महिन्यांत गर्भ जीवानें युक्त होतो आणि आठव्या महिन्यांत तो सर्वसंपूर्ण होतो.

पित्याचें रेत अधिक असल्यास पुरुष होतो, मातेचें रेत अधिक असल्यास स्त्री होते, दोघांचेंहि बीज समान असेल तर नपुंसक होतो. पिता व माता यांचें चित्त व्याकुळ असेल तर अंधळे, पांगळे, वांकड्या अवयवांचे आणि ठेंगू असे होतात. परस्परांच्या शरीरांतील वायूनें पीडित झाल्यामुळें शुक्राचे दोन भाग झाले म्हणून दोन शरीरें होतात व (त्यापासून) जुळीं मुलें जन्मास येतात.

पंचभूतात्मक पिंड विचार करण्यास समर्थ होतो, (शब्दादि) पंचविषयात्मक बुद्धि चित्तानें गंध-रस इत्यादि ज्ञान घेण्यास समर्थ होते आणि तो गर्भ विनाशी शरीर व अविनाशी मोक्ष यांचा विचार करूं लागतो. तो एकाक्षराचें म्हणजे ॐकाराचे चिंतन करतो. त्याचें ज्ञान झाल्यावर मनुष्याच्या शरीरांतील आठ प्रकृति आणि सोळा विकार त्याला कळतात. मातेनें खाल्लेलें अन्न आणि प्यालेलें उदक नाडीच्या सूत्रांतून जाऊन त्यानें त्याचा प्राण वृद्धि पावत असतो.

नंतर नवव्या महिन्यांत सर्व लक्षणांनीं पूर्ण होतो, त्याला पूर्वींचे जन्म आठवतात, केलेलीं व न केलेलीं कर्में आठवतात, तसेंच शुभ कर्म कोणतें व अशुभ कर्म कोणते याचे ज्ञान होतें.

टीपा—आठ प्रकृति = प्रकृति, महत् अथवा बुद्धि, अहंकार, आणि रूप, रस, गंध, शब्द, स्पर्श हीं पांच तन्मात्रे यांपैकीं प्रकृति ही विकार नाहीं. महदादि सात मात्र प्रकृति व विकृति अशा दोन्ही स्वरूपांत आहेत, तथापि ते सातहि केवळ विकार नाहीत, म्हणून सर्व आठांसहि प्रकृति म्हटलें आहे.

नानायोनिसहस्राणि दृष्ट्वा चैव ततो मया ।
आहारा विविधा भुक्ताः पीताश्च विविधाः स्तनाः॥५॥

(तो गर्भ चिंतन करतो—) अनेक प्रकारचे जन्म मीं घेतले, विविध प्रकारचे आहार खाल्ले, विविध स्तन प्याले.

जातस्यैव मृतस्यैव जन्म चैव पुनः पुनः ।
अहो दुःखोदधौ मग्नो न पश्यामि प्रतिक्रियाम् ॥६॥

अनेक वेळां जन्मलेल्या आणि मेलेल्या मला पुन्हां पुन्हां जन्म घ्यावा लागत आहे. अहो ! मी (केवढ्या) दुःखसागरांत बुडालों आहें ! मला (यांतून सुटण्याला) इलाज दिसत नाहीं !

यन्मया परिजनस्यार्थे कृतं कर्म शुभाशुभम् ॥
एकाकी तेन दह्यामि गतास्ते फलभोगिनः ॥७॥

माझ्या भोंवतीं असलेल्या माणसांकरितां मीं जें शुभ व अशुभ कर्म केलें त्या कर्मानें मी एकटा दहन पावत आहें. त्या कर्मापासून मिळणाऱ्या (तत्कालीन) फळाचा उपभोग घेणारे ते (दुसरीकडे) गेले !

यदि योन्याः प्रमुंचामि सांख्यं योगं समाश्रये ॥
अशुभक्षयकर्तारं फलमुक्तिप्रदायिनम् ॥८॥

जर मी या योनीतून बाहेर आलो तर सांख्यशास्त्राचा किंवा योगशास्त्राचा आश्रय करीन. कारण तें शास्त्र पापाचा नाश करणारें आणि मोक्षरूपी फल देणारें आहे.

यदि योन्याः प्रमुंचामि तं प्रपद्ये महेश्वरम् ॥
अशुभक्षयकर्तारं फलमुक्तिप्रदायिनम् ॥९॥

जर मी या योनींतून बाहेर आलों तर त्या महेश्वराला मी शरण जाईन. कारण तो महेश्वर पापाचा नाश करणारा व मोक्षरूपी फल देणारा आहे.

यदि योन्याः प्रमुंचामि ध्याये ब्रह्म सनातनम्॥१०॥

जर मी या योनींतून बाहेर आलो तर मग सनातन ब्रह्माचेंच मी ध्यान करीन.

अथ योनिद्वारं संप्राप्तो यंत्रेणापीड्यमानो महता दुःखेन जातमात्रस्तु वैष्णवेन वायुना संस्पृष्टः तदा न स्मरति जन्ममरणं न च कर्म शुभाशुभम् ॥११॥

नतर (जन्मसमयीं) योनिद्वारीं आल्यावर तत्संकोचामुळें क्लेश पावत असलेला तो मोठ्या दुःखानें जन्मास येतो. जन्मास आल्याबरोबर ईश्वरी (मायारूपी) वायूचा स्पर्श होऊन जन्म व मरण यांची आठवण जाते आणि शुभ व अशुभ कर्मे तो विसरतो.

शरीरमिति कस्मात् ? साक्षादग्नयोऽत्र श्रियन्ते, ज्ञानाग्निर्दर्शनाग्निः कोष्ठाग्निरिति । तत्रकोष्ठाग्निर्नाम अशितपीतलेह्यचोष्यं पचतीति, दर्शनाग्निः रूपादीनां दर्शनं करोति, ज्ञानाग्निः शुभाशुभं च कर्म विंदति । त्रीणि स्थानानि भवन्ति, हृदये दक्षिणाग्निरुदरे गार्हपत्यो मुख आहवनीयः । आत्मा यजमानो, बुद्धिः पत्नी, मनो ब्रह्मा, लोभादयः पशवो, धृति-

दीक्षा संतोषश्च, बुद्धींद्रियाणि यज्ञपात्राणि, कर्मेंद्रियाणि हवींषि, शिरः कपालं, केशा दर्भा, मुखमंतर्वेदिः।

चतुष्कपालं शिरः षोडश पार्श्वदंतोष्ठपटलानि, सप्तोत्तरं मर्मशतं, साशीतिकं संधिशतं, सनवकं स्नायुशतं, सप्त शिराशतानि, पंच मज्जाशतानि, अस्थीनि च ह वै त्रीणि शतानि षष्टिश्च, अर्धचतस्रो रोमाणि, कोट्यो हृदयं पलान्यष्टौ, द्वादश पलानि जिह्वा, पित्तं प्रस्थं, कफस्याढकं, शुक्रं कुडवं, मेदः प्रस्थौ द्वौ, अनियतं मूत्रपुरीषमाहारपरिमाणात् ॥

पैप्पलादं मोक्षशास्त्रं परिसमाप्तं पैप्पलादं मोक्षशास्त्रं परिसमाप्तमिति ॥१२॥

याला 'शरीर' कां ह्मणतात? तर साक्षात् अग्नि 'श्रियन्ते' म्हणजे याचा आश्रय करतात म्हणून 'शरीर' म्हणतात. ज्ञानाग्नि, दर्शनाग्नि आणि कोष्ठाग्नि हे ते अग्नि. खाल्लेलें, प्यालेलें, चाटलेले आणि चोखलेलें पचवितो तो कोष्ठाग्नि [कोठ्यांतील अग्नि]. रूपादिकांचें दर्शन करवितो तो दर्शनाग्नि. शुभ कर्म कोणतें व अशुभ कर्म कोणतें हें सांगतो तो ज्ञानाग्नि. यांची तीन स्थानें आहेत, हृदयामध्ये दक्षिणाग्नि, उदरामध्ये गार्हपत्याग्नि आणि मुखामध्ये आहवनीयाग्नि. आत्मा हा यजमान, बुद्धि ही त्याची पत्नी, मन हा ब्रह्मा [=ब्रह्मा नायक ऋत्विज] लोभादि (सहा रिपु) हे पशु, धृति आणि संतोष ही दीक्षा, ज्ञानेंद्रिये हीं यज्ञपात्रें, कर्मेंद्रियें हे हवी, शिर हे कपाल, केश हे दर्भ आणि मुख ही अंतर्वेदी होय.

शिराचीं चार कपालें; पार्श्व, दांत, ओष्ठ व पटलें (?) हीं प्रत्येकीं सोळा; एकशें सात मर्मस्थलें, एकशें ऐशीं संधी, नऊशें स्नायु, सातशे शिरा, पांचशे मज्जा, तीनशें साठ अस्थि, साडेतीन कोटी केस, रस [=हृदयं] आठ पलें, उदक [=जिह्वा] बारा पलें, पित्त एक प्रस्थ, कफ एक आढक, शुक्र एक कुडव, मेद दोन प्रस्थ आणि मूत्र व पुरीष हीं आहाराच्या परिमाणाप्रमाणें कमी जास्त असें शरीराचें परिमाण असतें.

याप्रमाणें पिप्पलाद मुनींनीं सांगितलेलें मोक्षशास्त्र समाप्त झालें.

टीप—वर उल्लेखिलेली प्रमाणे अशीं जाणावीं ४ पलें=१ ओंजळ किंवा कुडव ४ कुडव= १ प्रस्थ, ४ प्रस्थ= १ आढक.

॥ इति गर्भोपनिषत्समाप्ता ॥

प्राणाग्निहोत्रोपनिषत् ॥

अथातः सर्वोपनिषत्सारं संसारज्ञानातीतं अन्नसूक्तं शारीरं यज्ञं व्याख्यास्यामः । अस्मिन्नेव पुरुषशरीरे विनाऽप्यग्निहोत्रेण विनाऽपि सांख्ययोगेन संसारविमुक्तिर्भवतीति । स्वेन विधिना अन्नं भूमौ निक्षिप्य "या ओषधयः सोमराज्ञीः०" इति तिसृभिः "अन्नपते०" इति द्वाभ्यामनुमंत्रयते ॥

सर्व उपनिषदांचें सार, संसारज्ञानाहून श्रेष्ठज्ञान, अन्नसूक्त, असा जो शारीर यज्ञ त्याची आतां व्याख्या सांगतों. अग्निहोत्रावांचून आणि सांख्य व योग यांच्या ज्ञानावांचून या शरीरामध्येंच संसारापासून मुक्ति मिळते. आपल्या शाखेच्या सूत्रांत सांगितलेल्या विधीनें भूमीवर अन्न ठेवून "या ओषधयः सोमराज्ञीः" या तीन मंत्रांनीं व "अन्नपते०" या दोन मंत्रांनीं त्या अन्नाचें अभिमंत्रण करावें. ते मंत्र असे—

"या ओषधयः सोमराज्ञीर्बह्वीः शतविचक्षणाः ।
बृहस्पतिप्रसूतास्ता नो मुंचन्तु अंहसः ॥
याः फलिनीर्या अफला अपुष्पा याश्च पुष्पिणीः ।
बृहस्पतिप्रसूतास्ता नो मुंचन्तु अंहसः ॥
जीवलां नघारिषां मा ते बध्नाम्योषधिम् ।
या त आयुरुपहरादप रक्षांसि चाऽऽतयात् ॥

ज्यांचा राजा चंद्र आहे, ज्यांच्यामध्यें अनेक रोगहारक गुण आहेत व बृहस्पतीपासून ज्या उत्पन्न झाल्या आहेत त्या ओषधी आम्हांला पापापासून मुक्त करोत. फलांनीं युक्त अशा, बृहस्पतीपासून उत्पन्न झालेल्या ज्या ओषधी त्या आम्हांला पापापासून मुक्त करोत. (हे वनदेवत,) जीव घेणारी व उद्वेगकारक अशी ओषधि मी घेत नाहीं. आयुष्य हरण करणाऱ्या व राक्षसांना जवळ आणणाऱ्या ओषधी मी घेत नाहीं.

"अन्नपतेऽन्नस्य नो धेह्यनमीवस्य शुष्मिणः ।
प्रप्रदातारं तारिष ऊर्जं नो धेहि द्विपदे चतुष्पदे ॥

हे अन्नपते ! पापरहित व तेजस्वी अशा अन्नाचे आम्हांस भागीदार कर. आम्हांला अन्न देणाराचें तारण कर. आम्हांला, आमच्या माणसांना व आमच्या पशूंना बलवान् कर.

यदन्नमद्मि बहुधा विरार्द्धं
रुद्रैः प्रजग्धं यदि वा पिशाचैः ।
सर्वं तदीशानो अभयं कृणोतु ॥
शिवमीशानाय स्वाहा ॥
अंतश्चरसि भूतेषु गुहायां विश्वतोमुखः ।
त्वं यज्ञस्त्वं ब्रह्मा त्वं रुद्रस्त्वं विष्णुस्त्वं वषट्कारः ॥
आपो ज्योती रसोऽमृतं ब्रह्मभूर्भुवः स्वरों नमः ॥
आपः पुनन्तु पृथिवीं पृथ्वी पूता पुनातु माम् ।
पुनन्तु ब्रह्मणस्पतिर्ब्रह्मपूता पुनातु माम् ॥

यदुच्छिष्टमभोज्यं वा यद्वा दुश्चरितं मम ।
सर्वं पुनन्तु तं ह्यापो असतां च प्रतिग्रहम् ॥

जें अन्न सिद्धीला विरोधी आहे, अथवा जें भयंकर पिशाच्चांनीं खाल्लेलें [म्ह० त्यांना अर्पिलेले] आहे, असें जें अन्न मीं खाल्लें तें सर्व ईश्वर अभयकारक व कल्याणकारक करो. ईशानाय स्वाहा. (हे जठराग्ने) सर्वत्र मुख असलेला तूं प्राण्यांच्या अंतरांत असलेल्या जागेंत वावरतोस. तूं यज्ञ आहेस, ब्रह्मा, रुद्र, विष्णु, वषट्कार, उदक, तेज, रस, अमृत, ब्रह्म, भूः, भुवः, स्वः, ॐ सर्व तूं आहेस. तुला नमस्कार असो. उदक पृथिवीला पावन करो. पावन झालेली पृथिवी मला पावन करो. श्रेष्ठ असे ब्राह्मण [ब्रह्मणः पतयः पृथिवीला पावन करोत. ब्राह्मणांनीं पवित्र केलेली पृथ्वी मला पावन करो. मीं जें उच्छिष्ट किंवा अभोज्य अन्न खाल्लें असेल, किंवा मीं जें कांहीं गैर कृत्य केलें असेल तें सर्व हीं उदकें पावन करोत. दुर्जनांपासून घेतलेला प्रतिग्रहहि पावन करो.

आपोऽमृतमस्यमृतोपस्तरणमस्यमृतं प्राणे जुहोम्यमा शिष्यांतोऽसि । प्राणाय प्रदानाय स्वाहाऽपानाय स्वाहा व्यानाय स्वाहा समानाय स्वाहोदानाय स्वाहेति कनिष्ठिकयांगुल्यांगुष्ठेन च प्राणे जुहोमि । अनामिकयाऽपाने मध्यामिकया व्याने प्रदेशिन्या समाने सर्वाभिरुदाने । तूष्णीमेकामेकऋषौ जुहोति द्वे आहवनीय एकां दक्षिणाग्ना-

वेकां गार्हपत्य एकां सर्वप्रायश्चित्तीये ॥१॥ इति प्रथमः खंड ॥

हे उदकांनों! तुम्ही अमृत आहांत, अमृताचा आधार [अंथरूण] आहांत. मी हें अमृत प्राणामध्यें हवन करतो. हे शिष्य, तुझें भोजन झालें काय ?(!) प्राण, अपान, व्यान, समान आणि उदान या पांच प्राणांस आहुति देतों. करांगुली, आणि अंगुष्ठ यांनीं मी प्राणामध्ये हवन करतो. अनामिकेनें (व अंगुष्ठानें) अपानामध्यें, मध्यमिकेनें (व अंगुष्ठानें) व्यानामध्ये, तर्जनीनें (व अंगुष्ठानें) आणि सर्व अंगुलींनीं उदानामध्ये हवन करतो. (नंतर) मुकाट्यानें एक आहुति अग्नीमध्ये हवन करावी, (मुखस्थ) आहवनीय अग्नीमध्यें दोन आहुति द्याव्या, (हृदयस्थ) दक्षिणाग्नीमध्ये एक आहुति द्यावी, कोष्ठस्थ गार्हपत्य अग्नीमध्यें एक आहुति द्यावी आणि (नाभीच्याखालीं स्थित) सर्व प्रायश्चित्तीय अग्नीमध्यें एक आहुति द्यावी.

खंड दुसरा.

अथापिधानमस्यमृतत्वायोपस्पृश्य पुनरादाय पुनरुपस्पृशेत् । सव्ये पाणावपो गृहीत्वा हृदयमन्वालभ्य जपेत् ।

तूं (अमृताचें) आच्छादन आहेस. अमृताकरितां पुनः स्पर्श करून (उदक) घ्यावें व पुनः स्पर्श करावा. उजव्या हातांत उदक घेऊन हृदयाला स्पर्श करून जप करावा—

प्राणोऽग्निः परमात्मा पंचवायुभिरावृतः ।
अभयं सर्वभूतेभ्यो न मे भीतिः कदाचनेति ॥
विश्वोऽसि वैश्वानरो विश्वरूपो,
विश्वं त्वया धार्यते जायमानम् ।
विश्वं तु त्वाहुतयः सर्वा
यत्र ब्रह्मा विश्वामृतोऽसीति ॥
महानत्रोऽयं पुरुषो योऽङ्गुष्ठाग्रे प्रतिष्ठितः ।
तमद्भिः प्रतिषिंचामि सोऽस्यांतेऽमृताय च ॥

इत्येष एवात्मा ध्यायेत अग्निहोत्रं जुहोमीति । सर्वेषामेव सूनुर्भवति । अथ यज्ञपरिवृत आहुतीर्होमयति । स्वे शरीरे यज्ञं परिवर्तयामीति ॥

प्राण हा अग्नि आहे, पंच वायूंनीं वेष्टिलेला परमात्मा आहे. मजपासून सर्व प्राण्यांना अभय आहे, मला केव्हांहि भीति नाहीं. हे प्राणा ! तूं विश्व आहेस, वैश्वानर म्ह० सर्वभक्षक आहेस, विश्वरूप आहेस. जन्मास आलेले सर्व विश्व तूं धारण करतोस (अथवा विश्व तुझ्या आधारानें जन्मास येतें) जेथें ब्रह्मदेव आहे असें हें सर्व विश्व तुझ्या आहुति होत. विश्वामध्यें तूं अमर आहेस. अगुष्ठाग्राचे ठिकाणीं स्थित असा हा पुरुष मोठा अन्नतर्पक आहे. त्याला मी उदकाचें सिंचन करतों. अंतकालीं हा अमर होवो. हाच आत्मा होय.

(नंतर) अग्निहोत्राचेंच हवन मी करीत आहें असें ध्यान करावें. तो सर्वांचा पुत्र म्ह० आवडता होतो. यज्ञसमाप्तीसाठीं "स्वतःच्या

शरीरांत यज्ञ करतों" या बुद्धीनें आहुति द्यावी.

चत्वारोऽग्नयस्ते किंनामधेयाः । तत्र सूर्योऽग्निर्नाम सूर्यमंडलाकृतिः सहस्ररश्मिभिः परिवृत एकर्षिर्भूत्वा मूर्ध्नि तिष्ठति, यस्मादुक्तः । दर्शनाग्निर्नाम चतुराकृतिराहवनीयो भूत्वा मुखे तिष्ठति । शारीरोऽग्निर्नाम जराप्रणुदा हविरविस्कंदाति, अर्धचंद्राकृतिर्दक्षिणाग्निर्भूत्वा हृदये तिष्ठति । तत्र कोष्ठाग्निर्नामाशितपीतलीढखादितानि सम्यक्श्रपयित्वा गार्हपत्यो भूत्वा नाभ्यां तिष्ठति । प्रायश्चित्तीयस्त्वधस्तात्स्त्रियस्तिस्रः हिमांशुप्रभः प्रजननकर्मा ॥२॥ इति द्वितीयः खंडः ॥

त्या चार अग्नींचीं नांवे कोणतीं ? एक सूर्य हा अग्नि सूर्यमंडलाकृति, सहस्रावधि किरणांनीं वेष्टिलेला एकर्षिरूपाने मस्तकांत स्थित आहे, कारण वेदांमध्यें त्याचे असें वर्णन आहे. (दुसरा) दर्शनाग्नि म्हणजे प्रत्यक्ष दिसणारा अग्नि हा चार प्रकारची आकृति असणारा आहवनीय अग्निरूपानें मुखाचे ठिकाणीं स्थित आहे. (तिसरा) शारीर अग्नि जरेचा नाश करणारा, हवि भक्षण करणारा, अर्धचंद्राकृति, दक्षिणाग्निरूपाने हृदयामध्यें स्थित आहे. आणि (चवथा) कोष्ठाग्नि खाल्लेलें, प्यालेलें, व चोखलेलें सर्व अन्न यांचें नीट रीतीनें पचन करून गार्हपत्य-अग्निरूपानें नाभीचे ठिकाणीं स्थित आहे. (पांचवा) प्रायश्चित्तीय अग्नि (इडा, पिंगला, सुषुम्ना

नामक नाडीरूपी) तीन स्त्रियांनीं युक्त, चंद्राप्रमाणें प्रभा असलेला, जननकर्ता सर्वांच्या खालीं आहे.

खंड तिसरा.

अस्य शारीरयज्ञस्य यूपरशनाशोभितस्य को यजमानः । का पत्नी । क ऋत्विजः । के सदस्याः । कानि यज्ञपात्राणि । कानि हवींषि । का वेदिः । कोत्तरवेदिः । को द्रोणकलशः । को रथः । कः पशुः । कोऽध्वर्युः । को होता । को ब्राह्मणाच्छंसी । कः प्रतिप्रस्थाता । कः प्रस्तोता । को मैत्रावरुणः । क उद्गाता । का धारापोता । के दर्भाः । कः स्रुवः । काज्यस्थाली । कावाघारौ । कावाज्यभागौ । के प्रयाजाः । के अनुयाजाः । केडा । कः सूक्तवाकः । कः शंयोर्वाकः । के पत्नीसंयाजाः । को यूपः । का रशना । का इष्टयः । का दक्षिणा । किमवभृथमिति ॥ इति तृतीयः खण्डः ॥३॥

यूप आणि रशना यांनीं शोभित अशा या शरीरयज्ञाचा यजमान कोण ? पत्नी कोण ? ऋत्विज कोण ? सदस्य कोण ? यज्ञपात्रें कोणतीं ? हवि कोणते ? वेदी कोणती ? उत्तरवेदी कोणती ? द्रोणकलश कोणता ? रथ कोणता ? पशु कोणता ? अध्वर्यु कोण ? होता कोण ? ब्राह्मणाच्छंसी कोण ? प्रतिप्रस्थाता कोण ? प्रस्तोता

कोण ? मैत्रावरुण कोण ? उद्गाता कोण ? धारापोता [पवमान ह्मणणारा] कोण ? दर्भ, स्रुवा, आज्यस्थाली, आघार. आज्यभाग, प्रयाज, अनुयाज, इडा, सूक्तवाक, शंयोर्वाक, पत्नीसंयाज, यूप, रशना, इष्टि, दक्षिणा व अवभृथ हीं कोणतीं ?

अस्य शारीरयज्ञस्य यूपरशनाशोभितस्यात्मा यजमानः । बुद्धिः पत्नी । वेदा महर्त्विजः । अहंकारोऽध्वर्युः । चित्तं होता । प्राणो ब्राह्मणाच्छंसी । अपानः प्रतिप्रस्थाता । व्यानः प्रस्तोता । उदान उद्गाता । समानो मैत्रावरुणः । शरीरं वेदिः । नासिकोत्तरवेदिः । मूर्धा द्रोणकलशः । पादो रथः । दक्षिणहस्तः स्रुवः । सव्यहस्त आज्यस्थाली । श्रोत्रे आघारौ । चक्षुषी आज्यभागौ । ग्रीवा धारापोता । तन्मात्राणि सदस्याः । महाभूतानि प्रयाजाः । भूतगुणा अनुयाजाः । जिह्वेडा । दन्तोष्ठौ सूक्तवाकः । तालुः शंयोर्वाकः । स्मृतिर्दया क्षान्तिरहिंसा पत्नीसंयाजाः । ओंकारो यूपः । आशा रशना । मनो रथः । कामः पशुः । केशा दर्भाः । बुद्धींद्रियाणि यज्ञपात्राणि । कर्मेंद्रियाणि हवींषि । अहिंसा इष्टयः । त्यागो दक्षिणा । अवभृथं मरणात् । सर्वा ह्यस्मिन्देवताः शरीरेऽधि समाहिताः ।

यूप व रशना यांनीं शोभित अशा या शरीर यज्ञाचा आत्मा हा यजमान, बुद्धि ही पत्नी, वेद हे प्रमुख ऋत्विज, अहंकार अध्वर्यु, चित्त होता, प्राण ब्राह्मणाच्छंसी, अपान प्रतिप्रस्थाता, व्यान प्रस्तोता, उदान उद्गाता, समान मैत्रावरुण, शरीर ही वेदी, नासिका उत्तरवेदी, मस्तक हा द्रोणकलश, पाय रथ, उजवा हात स्रुवा, डावा हात आज्यस्थाली, श्रोत्र हे आघार, डोळे आज्यभाग, मान धारापोता, तन्मात्रा हे सदस्य, महाभूतें प्रयाज, भूतांचे गुण हे अनुयाज, जीभ इडा, दंत व ओष्ठ सूक्तवाक, तालु शंयोर्वाक, स्मृति-दया-शांति-अहिंसा हे पत्नीसंयाज, ॐकार यूप, आशा रशना, मन रथ, काम पशु, केश दर्भ, बुद्धींद्रियें हीं यज्ञपात्रें, कर्मेंद्रियें हवि, अहिंसा इष्टि, त्याग दक्षिणा आणि मरणानंतर अवभृथस्नान. (अशा) सर्व देवता या शरीरामध्ये राहिलेल्या आहेत.

वाराणस्यां मृतो वाऽपि इदं वा ब्रह्म यः पठेत् ॥
एकेन जन्मना जंतुर्मोक्षं च प्राप्नुयादिति मोक्षं च प्राप्नुयादिति ॥४॥

वाराणसी क्षेत्रांत ज्याला मरण आलें तो, किंवा जो हें ब्रह्म पठन करतो तो मनुष्य, या एकाच जन्मांत मोक्ष पावतो.

इति अथर्ववेदे प्राणाग्निहोत्रोपनिषत्समाप्ता ॥

सर्वोपनिषत् ॥

अथवा सर्वसारोपनिषत् ।

ॐ कथं बंधः ? कथं मोक्षः ? काऽविद्या ? का विद्येति ? जाग्रत्स्वप्नं सुषुप्तं तुरीयं च कथं ? अन्नमयः प्राणमयो मनोमयो विज्ञानमय आनंदमयः कथं ? कर्ता जीवः क्षेत्रज्ञः साक्षी कूटस्थोंऽतर्यामी कथं ? प्रत्यगात्मा परमात्माऽऽत्मा माया चेति कथं ?

बंध कोणता ? मोक्ष कोणता ? अविद्या कोणती ? विद्या कोणती ? जागृति, स्वप्न, सुषुप्ति आणि तुरीया या अवस्था ह्मणजे काय ? अन्नमय, प्राणमय, मनोमय, विज्ञानमय, आणि आनंदमय कोश ह्मणजे काय ? कर्ता, जीव, क्षेत्रज्ञ, साक्षी, कूटस्थ आणि अंतर्यामी म्हणजे काय ? प्रत्यगात्मा, परमात्मा, आत्मा आणि माया म्हणजे काय ?

आत्मेश्वरोऽनात्मनो देहादीनात्मत्वेनाभिमन्यते सोऽभिमान आत्मनो बंधः । तन्निवृत्तिर्मोक्षः । तदभिमानं कारयति या साऽविद्या । सोऽभिमानो ययाऽभिनिवर्तते सा विद्या । मनआदिचतुर्दशकरणैः पुष्कलैरादित्याद्यनुगृहीतैः शब्दादीन्विष-

यान्स्थूलान्यदोपलभते तदाऽऽत्मनो जागरणम् । तद्वासनारहितश्चतुर्भिः करणैः शब्दाद्यभावेऽपि वासनामयाञ्शब्दादीन्यदोपलभते तदाऽऽत्मनःस्वप्नम्। चतुर्दशकरणोपरमाद्विशेषविज्ञानाभावो यदा तदाऽऽत्मनः सुषुप्तम् ॥१॥

ईश्वर असलेला आत्मा आत्मेतर जे देहादि त्यांचे ठिकाणी तेच आपण असा अभिमान करतो; हा अभिमान आत्म्याचा बंध होय. या (खोट्या) अभिमानाची निवृत्ति ह्मणजेच मोक्ष. हा अभिमान आत्म्याकडून जी करविते ती अविद्या. हा अभिमान जिच्या योगानें परत जातो ती विद्या. आदित्यादिकांनीं [ह्मणजे चंद्र, वायु, दिशा, अग्नि इत्यादिकांनी] अनुगृहीत होत्साल्या मन आदि चवदा इंद्रियानीं शब्दादि स्थूल विषय जेव्हां उपलब्ध होतात तेव्हां ती आत्म्याची जागृतावस्था. त्या विषयांच्या वासनेनें रहित अशा आत्म्याला, शब्दादिकांचा अभाव असतां, चार इंद्रियांनीं, केवळ वासनामय शब्दादिकांची उपलब्धि होते तेव्हां ती आत्म्याची स्वप्नावस्था. चवदाहि इंद्रियांचा उपरम ह्मणजे शांति झालेली असतां, विशिष्ट विज्ञानाचा जो अभाव होतो तेव्हां ती आत्म्याची सुषुप्तावस्था.

अवस्थात्रयभावात् भावसाक्षि स्वयं भावाभावरहितं नैरंतर्यं चैक्यं यदा तदा तत्तुरीयं चैतन्यमित्युच्यते । अन्नकार्याणां षण्णां कोशानां समूहोऽन्न-

मयः कोश इत्युच्यते। प्राणादिचतुर्दश वायुभेदा अन्नमये कोशे यदा वर्तन्ते तदा प्राणमयः कोश इत्युच्यते । एतत्कोशद्वयसंयुक्तो मनआदिचतुर्भिः करणैः आत्मा शब्दादिविषयान्संकल्पादिधर्मान्यदा करोति तदा मनोमयः कोश इत्युच्यते। एतत्कोशत्रयसंयुक्तः तद्गतविशेषाविशेषज्ञो यदाऽवभासते तदा विज्ञानमयः कोश इत्युच्यते। एतत्कोशचतुष्टयं स्वकारणज्ञाने वटकणिकायामिव गुप्तवटवृक्षो यदा वर्तते तदा आनंदमयकोश इत्युच्यते । सुखदुःखबुद्ध्याश्रयो देहान्तः यदा तदा कर्ता । तदा इष्टविषये बुद्धिः सुखबुद्धिः, अनिष्टविषये बुद्धिर्दुःखबुद्धिः, शब्दस्पर्शरूपरसगंधाः सुखदुःखहेतवः । पुण्यपापकर्मानुसारी भूत्वा प्राप्तशरीरसंधिवियोगमप्राप्तशरीरसंयोगमिव कुर्वाणो यदा दृश्यते तदोपहितत्वाज्जीव इत्युच्यते । मनआदिश्च प्राणादिश्च सत्त्वादिश्चेच्छादिश्च पुण्यादिश्चैते पंचवर्गा इत्येतेषां पंचवर्गाणां धर्मी भूतात्मज्ञानादृते न विनश्यति । आत्मसंनिधौ नित्यत्वेन प्रतीयमान आत्मोपाधिर्यः तल्लिंगं शरीरं हृद्ग्रंथिरित्युच्यते । तत्र यत्प्रकाशते चैतन्यं स क्षेत्रज्ञ इत्युच्यते ॥२॥

(जागृति, स्वप्न व सुषुप्ति या) तीन अवस्था आत्म्याला होतात म्हणून त्या अवस्थांचे साक्षी ह्म० पहाणारें, पण स्वतः मात्र त्या अवस्थांचा भाव अथवा अभाव यांनीं रहित, निरंतर म्ह० शाश्वत आणि एक असें केवळ चैतन्य जेव्हां असतें तेव्हां ती आत्म्याची तुरीयावस्था होय. अन्नापासून उत्पन्न होणाऱ्या (स्नायु, अस्थि, मज्जा, त्वचा, मांस व रक्त या) सहा कोशांचा जो समूह तो अन्नमय कोश. प्राणादि चवदा वायु अन्नमय कोशामध्यें जेव्हां संचार करीत असतात तेव्हां त्याला प्राणमय कोश ह्मणतात. या दोन कोशांनीं, आणि मन आदि [=मन. बुद्धि, चित्त, अहंकार] चार इंद्रियांनीं, युक्त असा आत्मा शब्दादि विषय आणि संकल्पादि धर्म जेव्हां करतो, तेव्हां त्याला मनोमय कोश ह्मणतात. या तीन कोशांनीं युक्त, आणि त्यांचे विशेष व अविशेष जाणणारा असा जेव्हां आत्मा प्रकाशमान असतो तेव्हां त्याला विज्ञानमय कोश ह्मणतात. आपल्या आस्तित्वाचें कारण जें 'ज्ञान' ह्म. ब्रह्म त्याचे ठिकाणीं,—वटवृक्षाच्या बीजामध्यें जसा गुप्तरूपानें वटवृक्ष असतो तसे,— जेव्हां हे चारहि कोश रहातात तेव्हां त्याला आनंदमय कोश ह्मणतात. (अमुक) सुख, (अमुक) दुःख अशा बुद्धीचा ज्याने आश्रय केला आहे, आणि जो देहाच्या आंत आहे तो कर्ता. तेव्हां इष्ट विषयाचे ठिकाणीं असणारी बुद्धि ती सुखबुद्धि असते, अनिष्ट विषयाचे ठिकाणीं असणारी बुद्धि ती दुःखबुद्धि असते आणि शब्द—स्पर्श—रूप—रस—गंध हे सुखदुःखाचे हेतु असतात. पुण्यकर्मांना आणि पापकर्मांना अनुसरणारा होत्साता (ह्मणजे

पुण्यपापानुरूप जन्म पावणारा) प्राप्त शरीरसंबंधाचा वियोग आणि अप्राप्त शरीराचा संयोग करतो असें जेव्हां दिसतें तेव्हां या (शरीर-रूपी) उपाधींमुळें त्याला जीव म्हणतात. मन आदि, प्राणादि, सत्वादि, इच्छादि आणि पुण्यादि हे पांच वर्ग आहेत; या पांच वर्गांच्या समुदायानें युक्त असलेला हा (जीव) यथार्थ आत्मज्ञानावांचून नाश पावत नाहीं (म्हणजे आत्मैक्यरूप पावत नाहीं). आत्म्याच्या सान्निध नित्यत्वानें ज्याची प्रतीति होते अशी जी आत्म्याची उपाधि [=म्हणजे ज्याला आत्माच समजतात] त्याला लिंग-शरीर अथवा हृदयग्रथी म्हणतात. तेथें प्रकाशमान होणारें जे चैतन्य त्याला क्षेत्रज्ञ म्हणतात.

टीपा—सहा कोश—"स्नाय्वस्थिमज्जानः शुक्रात्त्वङ्मांसासृग्गाणि शोणितात् । षाट्कौशिकमिदं प्रोक्तं सर्वदेहेषु देहिनाम् ॥" म्हणजे स्नायु, अस्थि व मज्ज हीं तीन शुक्रापासून, आणि त्वचा, मांस व रक्त हीं तीन शोणितापासून, अशा प्रकारें शुक्रशोणितसंयोगापासून हे सहा कोशांचें शरीर निर्माण होतें.

प्राणादि चवदा वायु— "प्राण–अपान–व्यान–उदान–समान–नाग–कूर्म–कृकर-देवदत्त–धनंजया दश । चत्वारोऽन्ये

"वैरंभणः स्थानमुख्यः प्रद्योतः प्रकृतस्तथा ।
वैरंभणादयस्तत्र सर्ववायुवशगताः ॥ इति ।"

उपहितत्वाज्जीव इत्युच्यते–म्हणजे नानाशरीररूपी उपाधींनी युक्त असल्यानें जीव असे म्हणतात

पंचवर्ग--(१) मनआदि= मन, बुद्धि, चित्त, अहंकार. (२)प्राणादि=प्राण अपान वगैरे पांच वायु. (३) सत्त्वादि= सत्त्व, रज व तम हे तीन गुण. (४) इच्छादि= काम, संकल्प, विचिकित्सा, श्रद्धा, अश्रद्धा, धृति, अधृति, लज्जा, भीति, आणि जाणीव. (५) पुण्यादि= पुण्य व पाप याच्या ज्ञानाचे संस्कार.

ज्ञातृज्ञानज्ञेयानां आविर्भावतिरोभावज्ञाता स्वयमेव आविर्भावतिरोभावहीनः स्वयंज्योतिः स साक्षीत्युच्यते । ब्रह्मादिपिपीलिकापर्यंतं सर्वप्राणिबुद्धिष्वविशिष्टतयोपलभ्यमानः सर्वप्राणिबुद्धिस्थो यदा तदा कूटस्थ इत्युच्यते । कूटस्थाद्युपहितभेदानां स्वरूपलाभहेतुर्भूत्वा मणिगणसूत्रमिव सर्वक्षेत्रेष्वनुस्यूतत्वेन यदा प्रकाशत आत्मा तदाऽन्तर्यामीत्युच्यते । सर्वोपाधिविनिर्मुक्तः सुवर्णवद्विज्ञानघनः चिन्मात्रस्वरूप आत्मा स्वतंत्रो यदाऽवभासते तदा त्वंपदार्थः परमात्मेत्युच्यते ॥३॥

ज्ञाता, ज्ञान आणि ज्ञेय यांचे आविर्भाव (म्ह० प्रकट होणें) आणि तिरोभाव (ह्म० अदृश्य होणें) यांना जाणणारा, स्वतः मात्र अशा प्रकारच्या आविर्भाव–तिरोभावांनीं रहित, व स्वयंप्रकाश जो आत्मा, त्याला 'साक्षी' म्हणतात. ब्रह्मदेवापासून मुंगीपर्यंत सर्व प्राण्यांच्या बुद्धीचे ठिकाणीं अविशिष्टतेनें म्हणजे एकाच प्रकारानें उपलब्ध होणारा व सर्व प्राण्यांच्या बुद्धीचे ठिकाणी स्थित जेव्हां आत्मा असतो तेव्हां त्याला कूटस्थ म्हणतात. कूटस्थादि उपाधिभेदांच्या स्वरूपाचें ज्ञान करून देण्याला कारण होऊन, (माळेच्या) मण्यांमधील सूत्राप्रमाणें सर्व शरीरांमध्यें ओंवल्यासारखा जेव्हां आत्मा प्रकाशमान होतो तेव्हां त्याला अंतर्यामी म्हणतात. सर्व उपाधीं-

पासून मुक्त झालेला, सुवर्ण जसें घन तसा ज्ञानानें घन, केवळ ज्ञानमात्रस्वरूप व स्वतंत्र असा जेव्हां आत्मा प्रकाशमान होतो तेव्हां त्वंपदार्थ [='तत्त्वमसि' यांतील 'त्वं' पदाचा अर्थ] होय. त्यालाच प्रत्यगात्मा म्हणतात.

सत्यं ज्ञानमनंतमानंदं ब्रह्म। सत्यमविनाशि, नामदेशकालवस्तुनिमित्तेषु विनश्यत्सु यन्न विनश्यत्यविनाशि तत्सत्यमित्युच्यते। ज्ञानमिति उत्पत्तिविनाशरहितं चैतन्यं ज्ञानमित्यभिधीयते। अनंतं नाम मृद्विकारेषु मृदिव, सुवर्णविकारेषु सुवर्णमिव, तंतुकार्येषु तंतुरिव, अव्यक्तादिसृष्टिप्रपंचेषु पूर्वं व्यापकं चैतन्यं अनंतमित्युच्यते। आनंदो नाम सुखचैतन्यस्वरूपः अपरिमितानंदसमुद्रः अविशिष्टसुखरूपश्च आनंद इत्युच्यते। एतद्वस्तुचतुष्टयं यस्य लक्षणं देशकालवस्तुनिमित्तेष्वव्यभिचारि स तत्पदार्थः परमात्मा परं ब्रह्मेत्युच्यते। त्वंपदार्थादौपाधिकात्तत्पदार्थादौपाधिकाद्विलक्षण आकाशवत्सर्वगतः सूक्ष्मः केवलः सत्तामात्रोऽसिपदार्थः स्वयंज्योतिरात्मेत्युच्यते। अतत्पदार्थश्च आत्मेत्युच्यते। अनादिरंतर्वत्नी प्रमाणाप्रमाणसाधारणा न सती नासती न सदसती, स्वयमविकाराद्विकारहेतौ

निरूप्यमाणेऽसती, अनिरूप्यमाणे सती, लक्षण-शून्या सा मायेत्युच्यते ॥४॥

ब्रह्म हें सत्य, ज्ञान, अनंत आणि आनंद असें आहे. सत्य म्हणजे अविनाशि; नाम, देश, काल, वस्तु आणि निमित्त हीं पांच नाश पावलीं असतां देखील जे नाश पावत नाहीं तें अविनाशि, त्याला सत्य म्हणतात. ज्ञान म्हणजे—उत्पत्ति आणि विनाश यांनीं रहित असें जे चैतन्य त्याला ज्ञान म्हणतात. अनंत म्हणजे—मृत्तिकेच्या विकारांमध्यें जशी मृत्तिका. सुवर्णाच्या विकारांमध्यें जसें सुवर्ण, तंतूंच्या कार्यामध्यें [ह्म० पटामध्यें] जसा तंतु, त्याप्रमाणें अव्यक्तादि सृष्टिप्रपंचामध्यें प्रथम व्यापून रहाणारें जें चैतन्य त्याला अनंत म्हणतात. आनंद म्हणजे— सुखस्वरूप व चैतन्यस्वरूप व अविशिष्ट-सुखस्वरूप [=अमुक एकाच प्रकारचें सुख असें नव्हे, तर सर्व प्रकारचें] असा जो अपरिमित आनंदसमुद्र त्याला आनंद म्हणतात. हें वस्तुचतुष्टय (ह्म० सत्य, ज्ञान, अनंत आणि आनंद) हें ज्याचें लक्षण आहे असा, व ज्याचें हें लक्षण देश, काल, वस्तु आणि निमित्त यांचे ठिकाणीं सर्वदा कायम आहे, तो तत्पदार्थ [=तत् पदाचा अर्थ] परमात्मा होय. त्याला 'परं ब्रह्म' म्हणतात. उपाधियुक्त त्वंपदार्थाहून आणि उपाधियुक्त तत्पदार्थाहून निराळा, आकाशाप्रमाणें सर्वव्यापी, सूक्ष्म, एकटा, सत्तामात्र, स्वयंप्रकाश असा जो 'असि' पदाचा अर्थ, त्याला आत्मा म्हणतात. अनादि, कार्यरूपी गर्भानें युक्त, प्रमाण व अप्रमाण या दोहोंनाहि साधारण (ह्म० कोणाचाच विषय न होणारी), जिला अस्तित्व नाहीं व

नास्तित्वहि नाहीं, (तसेंच) जिला अस्तित्व व नास्तित्व हीं दोन्ही आहेत असेंहि नाहीं, (कारण) विकाराचें ती कारण आहे असें म्हणूं लागलें तर तिला स्वतःला विकार नाहीं म्हणून 'असती,' विकाराचें ती कारण नाहीं असें म्हटलें तर 'सती' (अशा प्रकारें) लक्षण करण्यास अशक्य, तिला माया असें म्हणतात.

॥ इति अथर्ववेदीया सर्वसारोपनिषत् ॥

परमहंसोपनिषत् ॥

ॐ भद्रं कर्णेभिः शृणुयाम देवाः भद्रं पश्येमाक्षभिर्यजत्राः । स्थिरैरंगैस्तुष्टुवांसस्तनूभिर्व्यशेम देवहितं यदायुः । स्वस्ति न इंद्रो वृद्धश्रवाः स्वस्ति नः पूषा विश्ववेदाः । स्वस्ति नस्तार्क्ष्योऽरिष्टनेमिः स्वस्ति नो बृहस्पतिर्दधातु ॥ ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः ॥

हे देवहो, आमचे कर्ण कल्याणकारक (गोष्टी) श्रवण करोत. हे यजनीय देवहो, आमचे चक्षु कल्याणकारक (गोष्टी) पाहोत. स्थिर अशा अवयवांनी व शरीरांनीं युक्त होत्सात्या आह्मांकडून तुमचें स्तवन होवो. देवांनीं दिलेले जे आयुष्य असेल तें आह्मांस प्राप्त होवो. कीर्तिमान् इंद्र आमचे कल्याण करो, सर्वज्ञ आदित्य आमचे कल्याण करो. अरिष्टाचा नाशक गरुड आमचे कल्याण करो, बृहस्पति आमचे कल्याण करो. ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः ॥

अथ योगिनां परमहंसानां कोऽयं मार्गस्तेषां का स्थितिरिति नारदो भगवन्तमुपगत्योवाच । तं भगवानाह । योऽयं परमहंसमार्गो लोके दुर्लभतरो न तु बाहुल्यो, यद्येको भवति स एव नित्यपूतस्थः, स एव वेदपुरुष इति विदुषो मन्यन्ते,

महापुरुषो, यच्चित्तं तत्सर्वदा मय्येवावतिष्ठते, तस्मादहं च तस्मिन्नेवावस्थीयते। असौ स्वपुत्र-मित्रकलत्रबंध्वादीन् शिखायज्ञोपवीते स्वाध्यायं च सर्वकर्माणि संन्यस्यायं ब्रह्मांडं च हित्वा, कौपीनं दंडमाच्छादनं च स्वशरीरोपभोगार्थाय च लोकस्यो-पकारार्थाय च परिग्रहेत्तच्च न मुख्योऽस्ति कोऽयं मुख्य इति चेदयं मुख्यः ॥१॥

नारद भगवान् ब्रह्मदेवाकडे जाऊन म्हणाला, भगवन्, परमहंस योग्यांचा मार्ग कोणता ? त्यांनी कसे रहावें ? त्याला भगवान ब्रह्म-देव म्हणाला— हा जो परमहंसाचा मार्ग तू विचारतोस तो फार दुर्लभ आहे, हा कांहीं बहुतांचा मार्ग नव्हे, (एखाद्याचाच आहे) एखादा जरी असला तरी तोच नित्य शुद्ध ब्रह्माचे ठिकाणीं शुद्ध समजावा. वेदांमध्यें वर्णिलेला वेदपुरुष (म्हणजे, ब्रह्मच) तो, असें ज्ञाते समजतात. तो महापुरुष होय, कारण जे चित्त ते तो सर्वदा मजमध्यें स्थित करतो. म्हणून मीहि सर्वदा त्याच्यामध्येंच रहातों. आपले पुत्र, मित्र, भार्या, बांधव इत्यादींचा, असेंच शिखा, यज्ञोपवीत, स्वाध्याय आणि (इतर) सर्व कर्में यांचा त्याग करून, या ब्रह्मांडालाहि सोडून कौपीन, दंड आणि वस्त्र शरीररक्षणार्थ व लोकोपकारार्थ जरूर तेवढे धारण करतो. हें धारण देखील मुख्य परमहंसाचें नव्हे. मुख्य परमहंस कोण म्हण-शील तर सांगतों ऐक.

टीपा—योग म्हणजे चित्तवृत्तिनिरोध. यम, नियम, आसन, प्राणायाम, प्रत्याहार, धारणा, ध्यान आणि समाधि या आठ अंगांनीं युक्त असा योग ज्यांना सिद्ध झाला आहे ते योगी. 'अधिकारप्राप्तनिष्कामकर्मानुष्ठानमपि योग एव' असें नारायणस्वामींनीं या उपनिषदावरील टीकेंत म्हटलें आहे. परमहंस= वैराग्यशील तत्त्वज्ञानी; अथवा कुटीचर, बहूदक, हंस आणि परमहंस असे संन्यासाचे जे एकाहून एक वरचढ असे चार प्रकार आहेत त्यांतल्या चवथ्या प्रकारचे संन्यासी. 'जीवपरमात्मनोः अभेदात् हंसस्य परमहंसता' असें नारायणस्वामी हंसोपनिषदावरील दीपिकेंत म्हणतात.

'न तु बाहुल्यः'= हा बहुताचा म्हणजे majorityचा मार्ग नव्हे. भगवद्गीतेंत म्हटलें आहे—

मनुष्याणां सहस्रेषु कश्चिद्यतति सिद्धये ।
यततामपि सिद्धानां कश्चिन्मां वेत्ति तत्त्वतः ॥

'सर्वकर्माणि संन्यस्य' कारण 'ज्ञानामृतेन तृप्तस्य कृतकृत्यस्य योगिनः । नैवास्ति किंचित्कर्तव्यमस्ति चेन्न स तत्त्ववित् ॥'

'लोकोपकारार्थाय' या शब्दाचें स्वारस्य नीट समजत नाहीं. परमहंसाला लोकोपकार कसला उरला ? शंकरानंदांनीं "संन्याश्याना भिक्षादि दिल्यानें स्वधर्मनिष्ठ लोकांना पुण्यप्राप्ति व त्यापासून ज्ञानप्राप्ति व्हावी म्हणून" असा अर्थ केला आहे, पण त्यानें समाधान होत नाहीं.

न दंडं न शिखां न यज्ञोपवीतं नाऽऽच्छादनं चरति परमहंसः । न शीतं न चोष्णं न सुखं न दुःखं न मानावमाने च षडूर्मिवर्जं निंदागर्वमत्सरदंभदर्पेच्छाद्वेषसुखदुःखकामक्रोधलोभमोहहर्षासूयाहंकारादींश्च हित्वा स्ववपुः कुपणमिव दृश्यते यतस्तद्वपुरपध्वस्तम् । संशयविपरीतमिथ्याज्ञानानां

यो हेतुस्तेन नित्यनिवृत्तः तन्नित्यबोधः तत्स्वयमेवावस्थितिः तं शान्तमचलमद्वयानंदविज्ञानघन एवास्मि तदेव मम परमधाम तदेव शिखा च तदेवोपवीतं च परमात्मात्मनोरेकत्वज्ञानेन तयोर्भेद एव विभग्नः सा संध्या ॥२॥

दंड किंवा शिखा किंवा यज्ञोपवीत किंवा आच्छादन यांपैकी परमहंस कांहीं घेत नाही. शीत, उष्ण, सुख, दुःख, मान, अवमान, सहा ऊर्मि, निंदा, गर्व, मत्सर, दंभ, दर्प, इच्छा, द्वेष, सुख, दुःख, काम, क्रोध, लोभ, मोह, हर्ष, असूया, अहंकार इत्यादि सर्वांचा त्याग करून आपले शरीर प्रेतवत् समजतो. कारण शरीरत्वाच्या कल्पनेचा नाशच झालेला असतो. संशय, विपर्यय आणि मिथ्याज्ञान यांचे जें कारण [अविद्या] त्यापासून कायमचा निवृत्त होत्साता, कायमचें ब्रह्माचे ज्ञान प्राप्त झालेला, आणि "शान्त, अचल, अद्वय, आनंद व विज्ञानघन असें ब्रह्म मीच, हेच माझे खरे स्वरूप" अशा ज्ञानाने त्या ब्रह्मामध्येच स्थित असा रहातो. हें ज्ञान हीच त्याची शिखा आणि हेच त्याचे यज्ञोपवीत. परमात्मा व आत्मा यांच्या एकत्वाच्या ज्ञानाने यांचा भेदच मुळीं नष्ट झाला. (या दोहोंचा अभेद अथवा एकीकरण) हीच त्याची संध्या. २.

षडूर्मि = शरीर, बुद्धि व प्राण यांचे प्रत्येकी दोन मिळून सहा धर्म अशनाया ह्म॰ भूक, पिपासा ह्म॰ तहान, शोक, मोह, जरा आणि मरण.

सर्वान्कामान्परित्यज्य अद्वैते परमस्थितिः ।
ज्ञानदंडो धृतो येन एकदंडी स उच्यते ॥
काष्ठदंडो धृतो येन सर्वाशी ज्ञानवर्जितः ।
स याति नरकान्घोरान्महारौरवसंज्ञकान् ॥
इदमंतरं ज्ञात्वा स परमहंसः ॥३॥

सर्व इच्छांचा त्याग करून अद्वैताचे ठिकाणीं ज्यानें कायमचा वास केला व ज्यानें ज्ञानरूपी दंड धरला त्याला एकदंडी म्हणतात. ज्याने केवळ काष्ठाचा दंड धारण केला आहे, जो सर्व इच्छांनीं युक्त व ज्ञानरहित आहे, तो महारौरव नामक घोर नरकांना जातो. या दोहोमधले हें अंतर जो जाणतो तो परमहंस होय.

त्रिदंडी संन्यासी व एकदंडी संन्यासी असे संन्याश्याचे भेद आहेत. त्रिदंडी संन्यासी तीन दंड एकत्र बांधून घेतात. वाग्दंड, कर्मदंड व मनोदंड अशा तीन दंडांची ही खूण होय. एकदंड म्हणजे ज्ञानदंड.

आशांबरो ननमस्कारो न स्वधाकारो न निंदा न स्तुतिर्यादृच्छिको भवेद्भिक्षुर्नाऽऽवाहनं न विसर्जनं न मंत्रं न ध्यानं नोपासनं च न लक्ष्यं नालक्ष्यं न पृथग्नापृथगहं न न त्वं न सर्वं चानिकेतस्थितिरेव भिक्षुः । सौवर्णादीनां नैव परिग्रहेन्न लोकं नावलोकं चाऽऽबाधकः क इति चेद्बाधकोऽस्त्येव । यस्माद्भिक्षुर्हिरण्यं रसेन दृष्टं च स

ब्रह्महा भवेत्। यस्माद्भिक्षुर्हिरण्यं रसेन स्पृष्टं स च पौल्कसो भवेत्। यस्माद्भिक्षुर्हिरण्यं रसेन ग्राह्यं च स आत्महा भवेत्। तस्माद्भिक्षुर्हिरण्यं रसेन न दृष्टं च, न स्पृष्टं च, न ग्राह्यं च। सर्वे कामा मनोगता व्यावर्तंत। दुःखे नोद्विग्नः सुखे न स्पृहा त्यागो रागे सर्वत्र शुभाशुभयोरनभिस्नेहो न द्वेष्टि, न मोदं च। सर्वेषामिंद्रियाणां गतिरुपरमते यः आत्मन्येवावस्थीयते यत्पूर्णानंदैकबोधस्तद्ब्रह्माहमस्मीति कृतकृत्यो भवति कृतकृत्यो भवति ॥४॥

दिशा हें त्याचे वस्त्र, तो कोणाला नमस्कार करीत नाहीं, पितरांना पिंड देत नाहीं, कोणाची निंदा करीत नाहीं, कोणाची स्तुति करीत नाहीं, तो संन्यासी यादृच्छिक म्ह० निर्बंधरहित असतो. तो कोणत्याहि देवतेचे आवाहन करीत नाहीं, विसर्जन करीत नाहीं, मंत्र म्हणत नाहीं, ध्यान करीत नाहीं, उपासना करीत नाहीं, त्याला (कोणतीहि वस्तु) लक्ष्य नाहीं, अलक्ष्य नाहीं, (कोणीहि) पृथक् नाहीं, अ-पृथक् नाहीं, मी नाहीं, तूं नाहीं, कोणी नाहीं, निवासाला स्थान करून तो संन्यासी रहात नाहीं. सुवर्णादिकांचे दान त्याने स्वीकारतां कामा नये. त्याने शिष्यवर्ग जमवूं नये. त्यांचे अवलोकन देखील करूं नये.

यांना बाधक दोष काय आहे म्हणाल तर, बाधकत्व आहे. जर संन्यासी इच्छेनें सुवर्णाकडे बघेल तर त्याला ब्रह्महत्येचा दोष लागेल; जर संन्यासी इच्छेनें सुवर्णाला स्पर्श करील तर तो पौल्कस समजावा; आणि जर संन्यासी इच्छेनें सुवर्ण घेईल तर त्याला आत्महत्येचा दोष लागेल. म्हणून संन्याश्यानें इच्छेनें सुवर्ण पाहू नये, स्पर्शू नये आणि घेऊं नये. अशा संन्याश्याच्या मनाच्या सर्व इच्छा निवृन जातात. दुःखानें तो उद्विग्न होत नाहीं, सुखाची त्याला इच्छा नाहीं, त्यानें विषयप्रीति सोडून दिलेली असते, शुभ व अशुभ या दोहोंचेहि ठिकाणीं त्याला अनिच्छा असते, तो त्यांचा द्वेष करीत नाहीं, त्यांपासून त्याला आनंद होत नाहीं. (अशा प्रकारें) जो आत्म्याचे ठिकाणीं रहातो, आणि ज्याला 'तें ब्रह्म मी आहें' अशा अद्वैतज्ञानानें पूर्णानंद प्राप्त झाला, त्याच्या सर्व इंद्रियांची गति निवृत्त होते, आणि तो कृतकृत्य होतो.

लक्ष्य=मन व इंद्रिये यांना गोचर असे विकार, व अलक्ष्य=मिथ्याज्ञान असे अर्थ शंकरानंदांनीं केले आहेत.

पौल्कस=निषादाच्छूद्रायां जातः पुल्कसः तत्तुल्यः। किंवा प्रतिलोम संतति ती सर्व पौल्कस होय.

ब्रह्महत्या, वैराग्य, आत्महत्या, आत्मस्थिति, कृतकृत्यता यांची व्याख्या करतांना नारायणस्वामींनीं पुढील वचनें दिलीं आहेत—

"ब्रह्म नास्तीति यो ब्रूयाद्द्वेष्टि ब्रह्मविदं च यः।
अभूतब्रह्मवादी च त्रयस्ते ब्रह्मघातकाः॥"
"पतत्यसौ ध्रुवं भिक्षुर्यस्य भिक्षोर्द्वयं भवेत्।
धीपूर्वं रेतउत्सर्गो द्रव्यसंग्रह एव च॥"
"योऽन्यथा सन्तमात्मानमन्यथा प्रतिपद्यते।

किं तेन न कृतं पापं चौरेणात्मापहारिणा ॥"
"न सुखं देवराजस्य न सुखं चक्रवर्तिनः ।
यत्सुखं वीतरागस्य ज्ञाननिष्ठस्य योगिनः ॥"
"ज्ञानामृतेन तृप्तस्य कृतकृत्यस्य योगिनः ।
नैवास्ति किंचित्कर्तव्यमस्ति चेन्न स तत्त्ववित् ॥"

ॐ भद्रं कर्णेभिरिति शान्तिः ।

इति परमहंसोपनिषत् ॥

ब्रह्मोपनिषत् ।

अथास्य पुरुषस्य चत्वारि स्थानानि भवन्ति, नाभिर्हृदयं कंठं मूर्धा च । तत्र चतुष्पादं ब्रह्म विभाति, जागरितं स्वप्नं सुषुप्तं तुरीयमिति । जागरिते ब्रह्मा स्वप्ने विष्णुः सुषुप्ते रुद्रस्तुरीयं परमाक्षरम् । स आदित्यः स पुरुषः स विष्णुश्चेश्वरश्च । स्वयममनस्कमश्रोत्रमपाणिपादं ज्योतिर्विदितम् । यत्र लोका नलोका देवा नदेवा वेदा नवेदा यज्ञा नयज्ञा माता नमाता पिता नपिता स्नुषा नस्नुषा चांडालो नचांडालः पौल्कसो नपौल्कसः श्रमणो नश्रमणस्तापसो नतापसः । इत्येकमेव तत्परं ब्रह्म विभाति निर्वाणम् । न तत्र देवा ऋषयः पितर ईशते प्रतिबुद्धः सर्वविदिति ॥१॥

या पुरुषाचीं (शरीरामध्ये) चार स्थानें आहेत— नाभि, हृदय, कंठ आणि मूर्धा. तेथें (म्हणजे या चार स्थानांत अनुक्रमें) जागरित, स्वप्न, सुषुप्त आणि तुरीय असें चार प्रकारचें ब्रह्म प्रकाशतें. जागृतावस्थेमध्यें ब्रह्म, स्वप्नामध्यें विष्णु, सुषुप्तामध्ये रुद्र आणि तुरीय हें परमाक्षर होय. तोच आदित्य, तोच पुरुष, तोच विष्णु, तोच ईश्वर. तें स्वयं (म्ह० अविद्याव्यतिरिक्तरूपानें) मनोरहित, श्रोत्ररहित, हस्तपादरहित, प्रकाशस्वभाव, आणि प्रकाशमान

आहे. या (स्वरूपाचे) ठिकाणीं लोक नलोक होतात, देव नदेव होतात, वेद नवेद होतात, यज्ञ नयज्ञ होतात, माता नमाता होते, पिता नपिता होतो, स्नुषा नस्नुषा होते, चांडाल नचांडाल होतो, पौल्कस नपौल्कस होतो, संन्यासी नसंन्यासी होतो, तापस नतापस होतो. असें ते एकच परम ब्रह्म निर्विकार रूपाने प्रकाशते. तेथें देव, ऋषि, पितर यांची सत्ता चालत नाहीं. (कारण) या अवस्थेंत तो आत्मसाक्षात्कारयुक्त व सर्वज्ञ असा असतो.

लोकाः = कर्मफलानि असा अर्थ शंकरानंद करतात. निर्वाणं = निर्गतं वाणं स्थूलं शरीरं यस्मात्तन्निर्वाणम् ।

हृदिस्था देवताः सर्वा हृदि प्राणाः प्रतिष्ठिताः ।
हृदि प्राणश्च ज्योतिश्च त्रिवृत्सूत्रं च यन्महत् ॥२॥

सर्व देवता हृदयामध्ये स्थित आहेत, हृदयामध्येंच इंद्रियें स्थित आहेत. हृदयामध्येच प्राण आणि प्रकाशस्वरूप ब्रह्म स्थित आहेत. तसेंच महत् त्रिवृत्सूत्रहि आहे.

त्रिवृत्सूत्र = तेज, आप व अन्न [छां. ६. २ ४] किंवा सत्त्व, रज, तम.

हृदि चैतन्ये तिष्ठति
यज्ञोपवीतं परमं पवित्रं प्रजापतेर्यत्सहजं पुरस्तात् ।
आयुष्यमग्र्यं प्रतिमुंच शुभ्रं यज्ञोपवीतं बलमस्तु तेजः ॥३॥

तें चैतन्य हृदयामध्यें आहे ह्मणूनच ह्मणतात— "यज्ञोपवीतं०"=परम पवित्र, जें सृष्ट्यारंभीं प्रजापतीच्या बरोबर जन्म पावलें,

ब्रह्मोपनिषत् ।

अथास्य पुरुषस्य चत्वारि स्थानानि भवन्ति, नाभिर्हृदयं कंठं मूर्धा च । तत्र चतुष्पादं ब्रह्म विभाति, जागरितं स्वप्नं सुषुप्तं तुरीयमिति । जागरिते ब्रह्मा स्वप्ने विष्णुः सुषुप्ते रुद्रस्तुरीयं परमाक्षरम् । स आदित्यः स पुरुषः स विष्णुश्चेश्वरश्च । स्वयममनस्कमश्रोत्रमपाणिपादं ज्योतिर्विदितम् । यत्र लोका नलोका देवा नदेवा वेदा नवेदा यज्ञा नयज्ञा माता नमाता पिता नपिता स्नुषा नस्नुषा चांडालो नचांडालः पौल्कसो नपौल्कसः श्रमणो नश्रमणस्तापसो नतापसः । इत्येकमेव तत्परं ब्रह्म विभाति निर्वाणम् । न तत्र देवा ऋषयः पितर ईशते प्रतिबुद्धः सर्वविदिति ॥१॥

या पुरुषाचीं (शरीरामध्ये) चार स्थानें आहेत— नाभि, हृदय, कंठ आणि मूर्धा. तेथें (म्हणजे या चार स्थानांत अनुक्रमें) जागरित, स्वप्न, सुषुप्त आणि तुरीय असें चार प्रकारचें ब्रह्म प्रकाशतें. जागृतावस्थेमध्यें ब्रह्मा, स्वप्नामध्यें विष्णु, सुषुप्तामध्ये रुद्र आणि तुरीय हें परमाक्षर होय. तोच आदित्य, तोच पुरुष, तोच विष्णु, तोच ईश्वर. तें स्वयं (म्ह० अविद्याव्यतिरिक्तरूपानें) मनोरहित, श्रोत्ररहित, हस्तपादरहित, प्रकाशस्वभाव, आणि प्रकाशमान

आहे. या (स्वरूपाचे) ठिकाणी लोक नलोक होतात, देव नदेव होतात, वेद नवेद होतात, यज्ञ नयज्ञ होतात, माता नमाता होते, पिता नपिता होतो, स्नुषा नस्नुषा होते, चांडाळ नचांडाळ होतो, पौल्कस नपौल्कस होतो, संन्यासी नसंन्यासी होतो, तापस नतापस होतो. असें तें एकच परम ब्रह्म निर्विकार रूपानें प्रकाशतें. तेथें देव, ऋषि, पितर यांची सत्ता चालत नाही. (कारण) या अवस्थेंत तो आत्मसाक्षात्कारयुक्त व सर्वज्ञ असा असतो.

लोकाः = कर्मफलानि असा अर्थ शंकरानंद करतात. निर्वाणं = निर्गतं वाणं स्थूलं शरीरं यस्मात्तन्निर्वाणम् ।

हृदिस्था देवताः सर्वा हृदि प्राणाः प्रतिष्ठिताः ।
हृदि प्राणश्च ज्योतिश्च त्रिवृत्सूत्रं च यन्महत् ॥२॥

सर्व देवता हृदयामध्यें स्थित आहेत, हृदयामध्येंच इंद्रियें स्थित आहेत. हृदयामध्येंच प्राण आणि प्रकाशस्वरूप ब्रह्म स्थित आहेत. तसेंच महत् त्रिवृत्सूत्रहि आहे.

त्रिवृत्सूत्र = तेज, आप व अन्न [छां. ६. २ ४] किंवा सत्त्व, रज, तम.

हृदि चैतन्ये तिष्ठति
यज्ञोपवीतं परमं पवित्रं प्रजापतेर्यत्सहजं पुरस्तात् ।
आयुष्यमग्र्यं प्रतिमुंच शुभ्रं यज्ञोपवीतं बलमस्तु तेजः ॥३॥

ते चैतन्य हृदयामध्यें आहे ह्मणूनच ह्मणतात— "यज्ञोपवीतं०"=परम पवित्र, जें सृष्ट्यारंभीं प्रजापतीच्या बरोबर जन्म पावलें,

जे आयुष्य, श्रेष्ठ, आणि शुभ्र आहे असें यज्ञोपवीत आह्मांला बलवान् व तेजस्वी करो. (अविद्येपासून) सुटका करो.

सशिखं वपनं कृत्वा बहिःसूत्रं त्यजेद्बुधः ।
यदक्षरं परं ब्रह्म तत्सूत्रमिति धारयेत् ॥४॥

शिखेसुद्धां वपन करून शहाण्यानें बाह्य सूत्राचा त्याग करावा. जें अविनाशी परम ब्रह्म तेंच सूत्र ह्मणून धारण करावें.

सूचनात्सूत्रमित्याहुः सूत्रं नाम परं पदम् ।
तत्सूत्रं विदितं येन स विप्रो वेदपारगः ॥५॥

सूच्= आरंभ करणें; जगताचा या ब्रह्मानें आरंभ केला ह्मणून याला सूत्र ह्मणतात. हें परम पद होय. हें सूत्र ज्यानें जाणलें तो ब्राह्मण वेदवेत्ता होय.

येन सर्वमिदं प्रोतं सूत्रे मणिगणा इव ॥
तत्सूत्रं धारयेद्योगी योगवित्तत्त्वदर्शिवान् ॥६॥

सूत्रामध्यें जसे मणि त्याप्रमाणें ज्या सूत्रानें हें सर्व विश्व प्रोत ह्मणजे गुंफलेलें आहे, तें सूत्र तत्त्वदर्शी योग्यवेत्त्या योग्यानें धारण करावें.

बहिःसूत्रं त्यजेद्विद्वान्योगमुत्तममास्थितः ॥७॥

उत्तम योगाचा आश्रय करणाऱ्या विद्वानानें बाह्य सूत्राचा त्याग करावा.

ब्रह्मभावमिदं सूत्रं धारयेद्यः सचेतनः ।

धारणात्तस्य सूत्रस्य नोच्छिष्टो नाशुचिर्भवेत् ॥८॥

जो ज्ञानी हें ब्रह्मरूपी सूत्र धारण करतो, तो त्या सूत्राच्या धारणामुळे कधीं उच्छिष्ट किंवा अशुचि होत नाही.

सूत्रमंतर्गतं येषां ज्ञानयज्ञोपवीतिनाम् ।
ते वै सूत्रविदो लोके ते च यज्ञोपवीतिनः ॥९॥

ज्ञानरूपी यज्ञोपवीत धारण करणाऱ्या ज्यांचे सूत्र अंतर्गत ह्मणजे शरीरांतर्भागीं स्थित ब्रह्म आहे, तेच या जगीं सूत्रवेत्ते होत, आणि तेच यज्ञोपवीती होत.

ज्ञानशिखिनो ज्ञाननिष्ठा ज्ञानयज्ञोपवीतिनः ।
ज्ञानमेव परं तेषां पवित्रं ज्ञानमुच्यते ॥१०॥

ज्ञान हीच ज्यांची शिखा व ज्ञान हेंच ज्यांचे यज्ञोपवीत अशा ज्ञाननिष्ठ पुरुषांना ज्ञान हेंच परम होय. ज्ञान हेच त्यांचे पवित्रतेचे साधन होय.

अग्नेरिव शिखा नान्या यस्य ज्ञानमयी शिखा।
स शिखीत्युच्यते विद्वान्नेतरे केशधारिणः ॥११॥

अग्नीला ज्याप्रमाणें स्वस्वरूपी (ज्वाला) शिखा असते त्याप्रमाणें ज्ञान हीच ज्याची शिखा त्या विद्वानाला शिखी ह्मणतात. इतर केशधारी लोक हे शिखी नव्हेत.

कर्मण्यधिकृता ये तु वैदिके ब्राह्मणादयः ।
तैः संधार्यमिदं सूत्रं क्रियांगं तद्धि वै स्मृतम् ॥१२॥

वैदिक कर्माचे ठिकाणीं ममत्वबुद्धि ठेवणाऱ्या ब्राह्मणादिकांनी हे सूत्र धारण करावें. हें सूत्र कर्माचें अंग म्हणून म्हटलेलें आहे.

शिखा ज्ञानमयी यस्य उपवीतं च तन्मयम् ।
ब्राह्मण्यं सकलं तस्य इति ब्रह्मविदो विदुः ॥१३॥

ज्ञानरूपी ज्याची शिखा त्याचे उपवीतहि ज्ञानरूपच होय. त्याचे ठिकाणीं सर्व प्रकारें ब्राह्मण्य आहे, असें ब्रह्मवेत्ते समजतात.

इदं यज्ञोपवीतं तु परमं यत्परायणम् ।
स विद्वान्यज्ञोपवीती स्यात्स यज्ञस्तं यज्विनं विदुः ॥१४॥

हें श्रेष्ठ व परायण (ब्र० अविद्येचा आश्रय असलेलें किंवा अंतिम प्राप्तव्य असलेले) ब्रह्म हेच (खरें) यज्ञोपवीत होय. हें जाणणारा हाच यज्ञोपवीती; तोच यज्ञ आणि तोच यज्ञकर्ता.

एको देवः सर्वभूतेषु गूढः
सर्वव्यापी सर्वभूतांतरात्मा ।
कर्माध्यक्षः सर्वभूताधिवासः
साक्षी चेता केवलो निर्गुणश्च ॥१५॥

हा सर्व भूतांचे ठिकाणीं गूढ रूपाने असलेला एक देव आहे; सर्वव्यापी, सर्व भूतांचा अंतरात्मा, कर्मांचा अध्यक्ष ब्र० पहाणारा, सर्व भूतांचे ठिकाणीं वास करणारा, साक्षी, केवल ज्ञाता आणि निर्गुण असा आहे.

हा मंत्र श्वेताश्वतरांत [६.११] आहे.

एको वशी सर्वभूतांतरात्मा
एकं रूपं बहुधा यः करोति ।
तमात्मानं येऽनुपश्यन्ति धीरा-
स्तेषां शान्तिः शाश्वती नेतरेषाम्॥१६॥

एक, स्वामी, सर्व भूतांचा अंतरात्मा, जो एक रूप बहुत प्रकारांनीं दाखवितो, त्याला स्वतःचे ठिकाणी जे शहाणे पहातात त्यांनाच शाश्वत शान्ति प्राप्त होते, इतराना नाहीं.

श्वेताश्वतर ६.१२ पहा.

आत्मानमरणिं कृत्वा प्रणवं चोत्तरारणिम् ।
ध्याननिर्मथनाभ्यासाद्देवं पश्येन्निगूढवत् ॥१७॥

आत्मा ही (खालची) अरणी व ॐकार ही वरची अरणी करून ध्यानाच्या सतत मंथनानें गूढ असल्यासारखा जो देव तो पहावा.

श्वेताश्वतर १. १४ व कैवल्योपनिषत् १.११ पहा.

तिलेषु तैलं दधनीव सर्पि-
रापः स्रोतःस्वरणीषु चाग्निः ।
एवमात्माऽऽत्मनि गृह्यतेऽसौ
सत्येनैनं तपसा योऽनुपश्यति ॥१८॥

तिळांमध्यें जसें तेल, दह्यामध्यें जसें लोणी, झऱ्यामध्यें जसें उदक आणि अरणींमध्यें जसा अग्नि, त्याप्रमाणें हा आत्मा—जो सत्यानें आणि तपाने याला शोधतो—त्याजकडून आत्म्यामध्ये

म्हणजे स्वतःमध्येंच जाणला जातो.

श्वेताश्वतर २.१५ पहा.

ऊर्णनाभिर्यथा तंतून्सृजते संहरत्यपि ।
जाग्रत्स्वप्ने तथा जीवो गच्छत्यागच्छते पुनः ॥१९॥

जसा कोळी तंतु उत्पन्न करतो व नाहींसे करतो त्याप्रमाणें जीव जागृतीमध्यें व स्वप्नामध्यें जातो आणि पुनः येतो.

नेत्रस्थं जागरितं विद्यात्कंठे स्वप्नं समाविशेत् ।
सुषुप्तं हृदयस्थं तु तुरीयं मूर्धनि स्थितम् ॥२०॥

जागृतावस्थागत आत्मा [विश्वात्मा] नेत्राचे ठिकाणीं स्थित जाणावा. स्वप्नावस्थागत आत्मा [तैजस] कंठाचे ठिकाणीं स्थित जाणावा. सुषुप्तावस्थागत आत्मा [प्राज्ञ] हृदयामध्यें स्थित जाणावा. आणि चवथा तुरीयात्मा मस्तकामध्ये स्थित जाणावा.

यतो वाचो निवर्तन्ते अप्राप्य मनसा सह ।
आनंदमेतज्जीवस्य यज्ज्ञात्वा मुच्यते बुधः ॥२१॥

ज्याप्रत प्राप्त न होतां ज्यापासून वाणी मनासह निवृत्त होते तो हा (तुरीयात्मा) जीवाचा आनंद होय. याचें ज्ञान झालें म्हणजे ज्ञाता मुक्त होतो.

सर्वव्यापिनमात्मानं क्षीरे सर्पिरिवार्पितम् ।
आत्मविद्यातपोमूलं तद्ब्रह्मोपनिषत्पदं तद्ब्रह्मोपनिषत्पदमिति ॥२२॥

दुधामध्ये जसे लोणी त्याप्रमाणे सर्व व्यापून रहाणारा आत्मा हाच तो आनंद होय. आत्मज्ञान आणि तप यांच्या योगानें हा आत्मा प्राप्त होणारा आहे. हा आत्मा म्हणजेच ब्रह्म. हाच उपनिषदाचा म्ह० रहस्यविद्येचा विषय होय.

इति अथर्ववेदीया ब्रह्मोपनिषत्समाप्ता ॥

